

## Развитие жизнестойкости у школьников в условиях класса

### *Методические материалы для классных руководителей*

Актуальность формирования жизнестойкости определяется вызовами современного общества: неопределенность, динамичность и разнообразие.

Жизнестойкость представляет собой систему убеждений о себе, о мире, об отношениях с миром. Составляющие жизнестойкости согласно С. Мадди: вовлеченность, контроль, принятие риска.

Вовлеченность – это уверенность в том, что даже в неприятных и трудных ситуациях, отношениях лучше оставаться вовлеченным: быть в курсе событий, в контакте с окружающими людьми, посвящать максимум своих усилий, времени, внимания тому, что происходит, участвовать в происходящем. Человек независимо от обстоятельств должен помнить, что жизнь стоит того, чтобы жить. Противоположностью вовлеченности является отчужденность.

Контроль – это убежденность в том, что всегда возможно и всегда эффективнее стараться повлиять на исход событий. Если же ситуация принципиально не поддается никакому воздействию, то человек с высокой установкой контроля примет ситуацию как есть, то есть изменит свое отношение к ней, переоценит происходящее и т. д. Противоположностью контроля является беспомощность.

Принятие риска – вера в то, что стрессы и перемены – это естественная часть жизни, что любая ситуация – это как минимум ценный опыт, который поможет развить себя и углубить свое понимание жизни. Противоположностью принятия риска является ощущение угрозы.

Жизнестойкость – это способность личности выдерживать стрессовые ситуации, сохраняя при этом внутреннюю сбалансированность без снижения успешности деятельности.

Решать задачи формирования жизнеспособной личности, умеющей действовать и реализовывать себя в специфической для страны экономической и социокультурной среде необходимо именно в школе, где учитываются социокультурные особенности страны и региона, его социальная активность, культура, нравственность населения. Поэтому необходимо формировать конструктивный положительный образ будущего обучающегося, который определяется как осознание своей нужности данному обществу, уверенность в возможности благополучия и эмоционального удовлетворения от своей деятельности. Формирование конструктивного положительного образа своего будущего основывается на индивидуальном и коллективном жизненном опыте и осуществляется в нескольких направлениях:

- познавательный: изучение истории и культурного наследия России, современного состояния социально-экономического, экологического развития и, в соответствии с этим, прогнозировании востребованных направлений деятельности («Разговоры о важном»);

- ценностно-мотивационный: на основе самопознания и познания общества, развитие ценностной и эмоциональной сфер, чувства патриотизма;

- деятельностный: проекция своих целей на конкретные условия региона, разработке их реализации в форме возможных проектов и преобразующей деятельности.

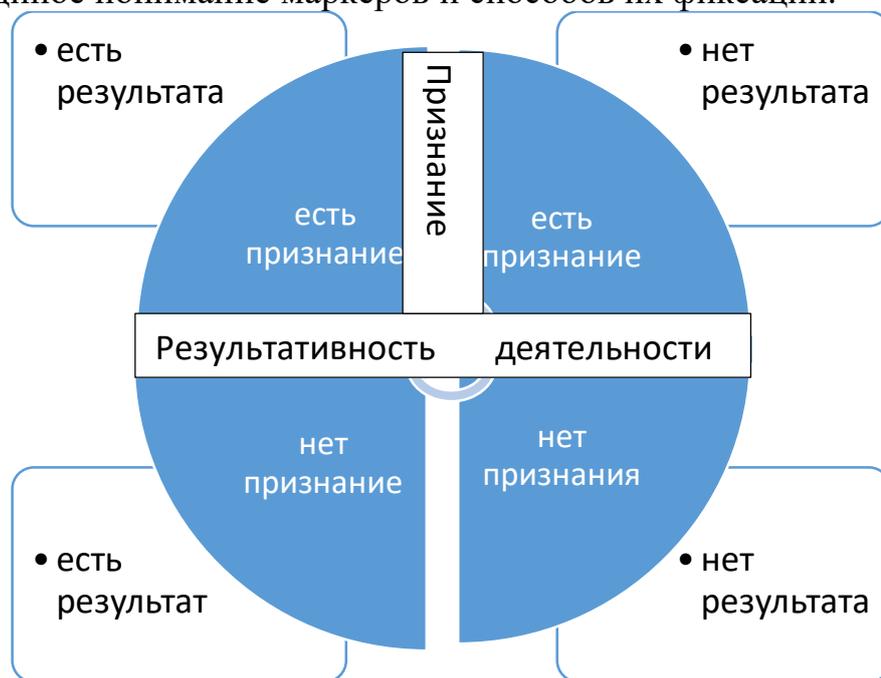
Таким образом, для формирования жизнестойкости в образовательных организациях необходимо создавать условия для включения детей в деятельность,

которая при соблюдении определенных доступных для ребенка условиях становится результативной и востребованной, а осознание своего участия в ней дает уверенность в своем саморазвитии и благополучии. Таким образом, создаются условия для успеха.

Успешность: сочетание результатов и достижений, признанных окружающими, с потенциальными возможностями ребёнка. Быть успешным – потребность каждого человека!

Успешность включает в себя продвижение по ступеням и уровням образования, сопровождаемое овладением соответствующими знаниями, умениями, навыками и развитием личностного потенциала, достижениями в спорте, творчестве, социальных проектах. Важно, чтобы ребёнок прошёл адаптацию в социуме посредством формирования социальной компетентности и в дальнейшем смог самоопределился в профессиональной деятельности.

В основе всей нашей системы образования должен лежать фундаментальный принцип: каждый ребёнок, подросток одарён, способен преуспеть и в науке, и в творчестве, и в спорте, в профессии и в жизни. В программе воспитания отслеживается социальная успешность и проявления активной жизненной позиции обучающихся, предлагая традиционный перечень методов отслеживания такие, как портфолио и рейтинги. Мы предлагаем использовать технологическую карту по двум критериям: результативности деятельности и признания. Для определения, развития и поддержки успешности учеников в классе разработаны *Технологические карты* на всех ступенях обучения (*Приложение 1*). Для каждого уровня образования (НОО, ООО, СОО) выработано единое понимание маркеров и способов их фиксации.



После изучения маркеров и показателей успешности (учебная деятельность, отношения со сверстниками, отношения со взрослыми, отношение к себе, эмоциональная сфера, поведение), необходимо

1. Определить, к какой группе относится каждый из детей класса.

Выделить основные риски для каждой группы.

3. Наметить маршрутизацию психолога – педагогической помощи обучающимся в классе

4. Запланировать воспитывающую деятельность (Приложение 3 – план воспитательной работы в классе и Приложение 4 – программа психолого-

педагогического сопровождения случая) из *Реестра форм групповой работы и развивающих, профилактических и коррекционных программ для обучающихся* (Приложение 2).

5. При необходимости привлечь специалистов службы психолого-педагогического сопровождения.



Таким образом, развитие жизнестойкости – тот 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.

Развитие жизнестойкости педагогическими средствами может снизить степень напряжения ребёнка. Все компоненты жизнестойкости вполне поддаются диагностике и коррекции педагогическими методами и средствами.

Данные методические рекомендации способствуют развитию и коррекции компонентов жизнестойкости.

Литература:

[http://uiedu.ru/wp-content/uploads/1\\_Formirovanie\\_zhiznesposobnosti\\_spisok\\_literatury.pdf](http://uiedu.ru/wp-content/uploads/1_Formirovanie_zhiznesposobnosti_spisok_literatury.pdf)



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

ОПРЕДЕЛЕНИЯ, РАЗВИТИЯ И ПОДДЕРЖКИ УСПЕШНОСТИ УЧЕНИКОВ КЛАССА (1-4 кл.)

**I этап  
6 КЛЮЧЕВЫХ МАРКЕРОВ**  
**1. Учебная деятельность:** высокая мотивация, успеваемость, активность  
**2. Отношения со сверстниками:** лидер  
**3. Отношения со взрослыми:** коммуникабельный  
**4. Отношение к себе:** позитивное  
**5. Эмоциональная сфера:** эмоциональное переживание учебных успехов/неуспехов  
**6. Поведение:** целеустремлённость, самоорганизованность, не умение преодолевать самостоятельно трудности, растерянность в неожиданных ситуациях

**II этап  
3 ОСНОВНЫХ РИСКА**  
 1. Узкая направленность на успеваемость.  
 2. Эмоциональное истощение  
 3. Тревожность.

**III этап  
ЧТО ДЕЛАТЬ?**  
 1. Всестороннее развитие  
 2. Сохранять ресурсы: режим дня без чрезмерных нагрузок, гармонизация эмоционального состояния  
 3. Активная поддержка ближайшего окружения

**III этап  
ЧТО ДЕЛАТЬ?**  
 1. Создание ситуации успеха, поддержка инициатив  
 2. Работа с семьёй: введение обязательных правил и обязанностей для развития ответственности  
 3. Развитие УУД

**II этап  
3 ОСНОВНЫХ РИСКА**  
 1. Ухудшение успеваемости.  
 2. Влияние на одноклассников.  
 3. Конфликтность.

**I этап  
6 КЛЮЧЕВЫХ МАРКЕРОВ**  
**1. Учебная деятельность:** средняя успеваемость, не сформирована позиция школьника  
**2. Отношения со сверстниками:** коммуникабельный  
**3. Отношения со взрослыми:** неограниченное свободное время, нет обязанностей в семье и в школе  
**4. Отношение к себе:** отсутствие доверия  
**5. Эмоциональная сфера:** эмоционально неустойчивый  
**6. Поведение:** демонстративное поведение, отсутствие цели, низкая самоорганизация

**I этап  
6 КЛЮЧЕВЫХ МАРКЕРОВ**  
**1. Учебная деятельность:** мотивация на избегание неудачи, хорошая успеваемость  
**2. Отношения со сверстниками:** проблемы в общении, отсутствие прочных дружеских связей, изолированность  
**3. Отношения со взрослыми:** неактуальность достижений для окружающих  
**4. Отношение к себе:** неуверенность  
**5. Эмоциональная сфера:** психоэмоциональное неблагополучие: страх перед школой, тревожность

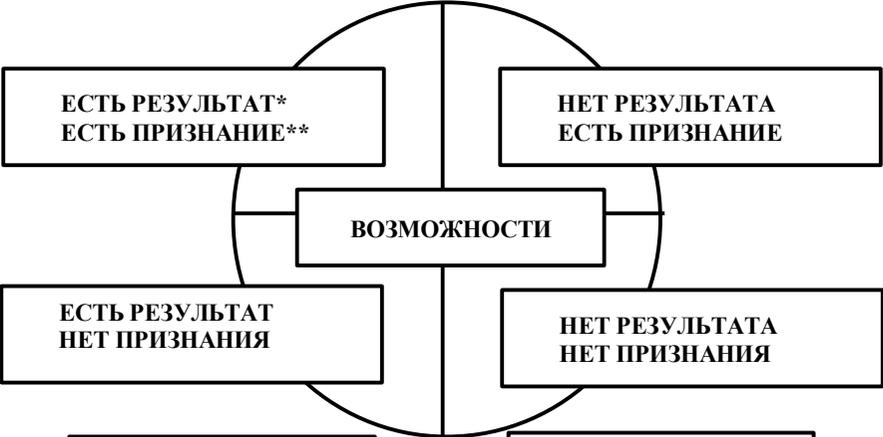
**II этап  
3 ОСНОВНЫХ РИСКА**  
 1. Снижение самооценки  
 2. Снижение мотивации  
 3. Отторжение коллектива

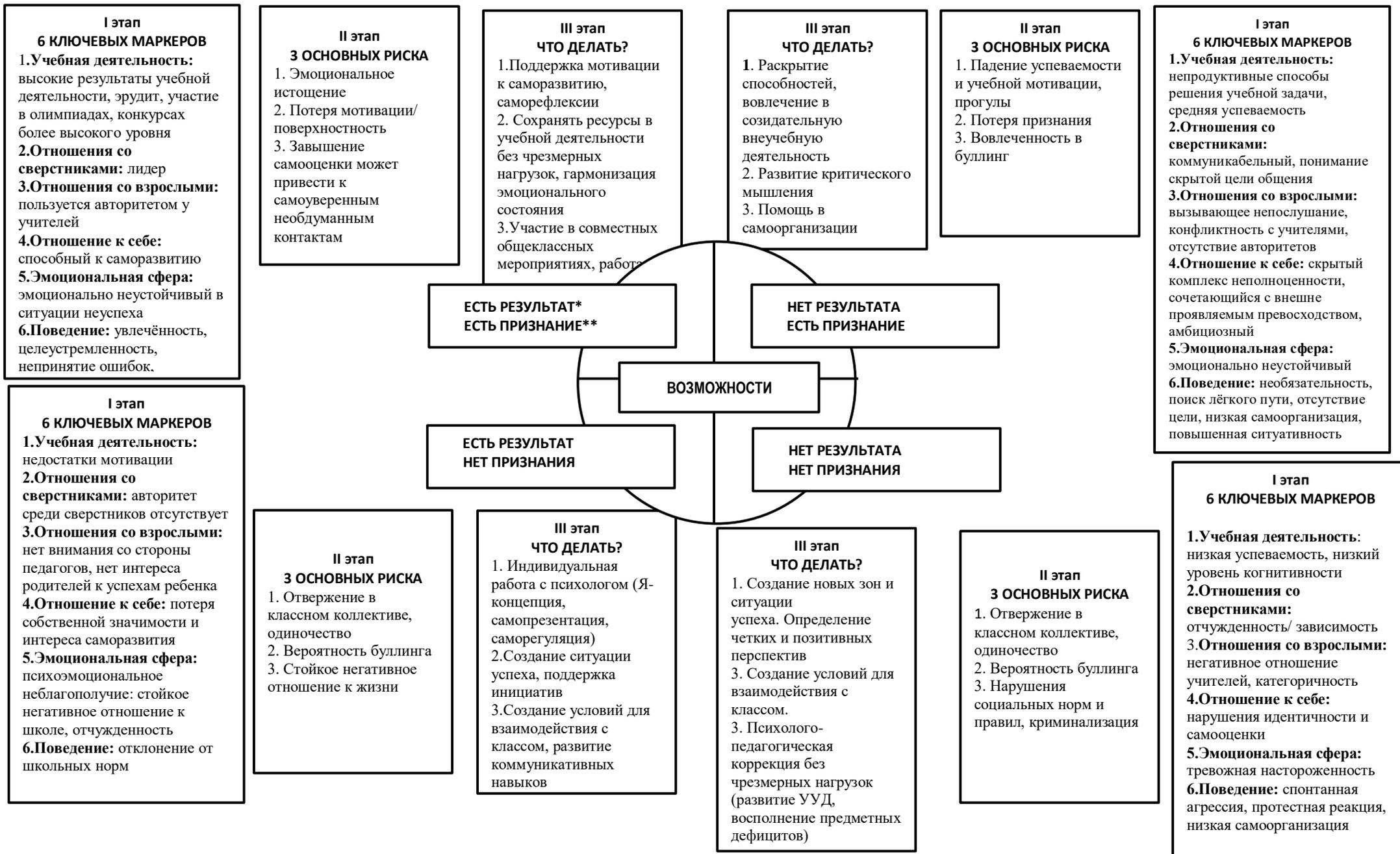
**III этап  
ЧТО ДЕЛАТЬ?**  
 1. Повышение значимости в коллективе сверстников  
 2. Развитие навыков самопрезентации и самореализации  
 3. Развитие коммуникативных и регулятивных УУД

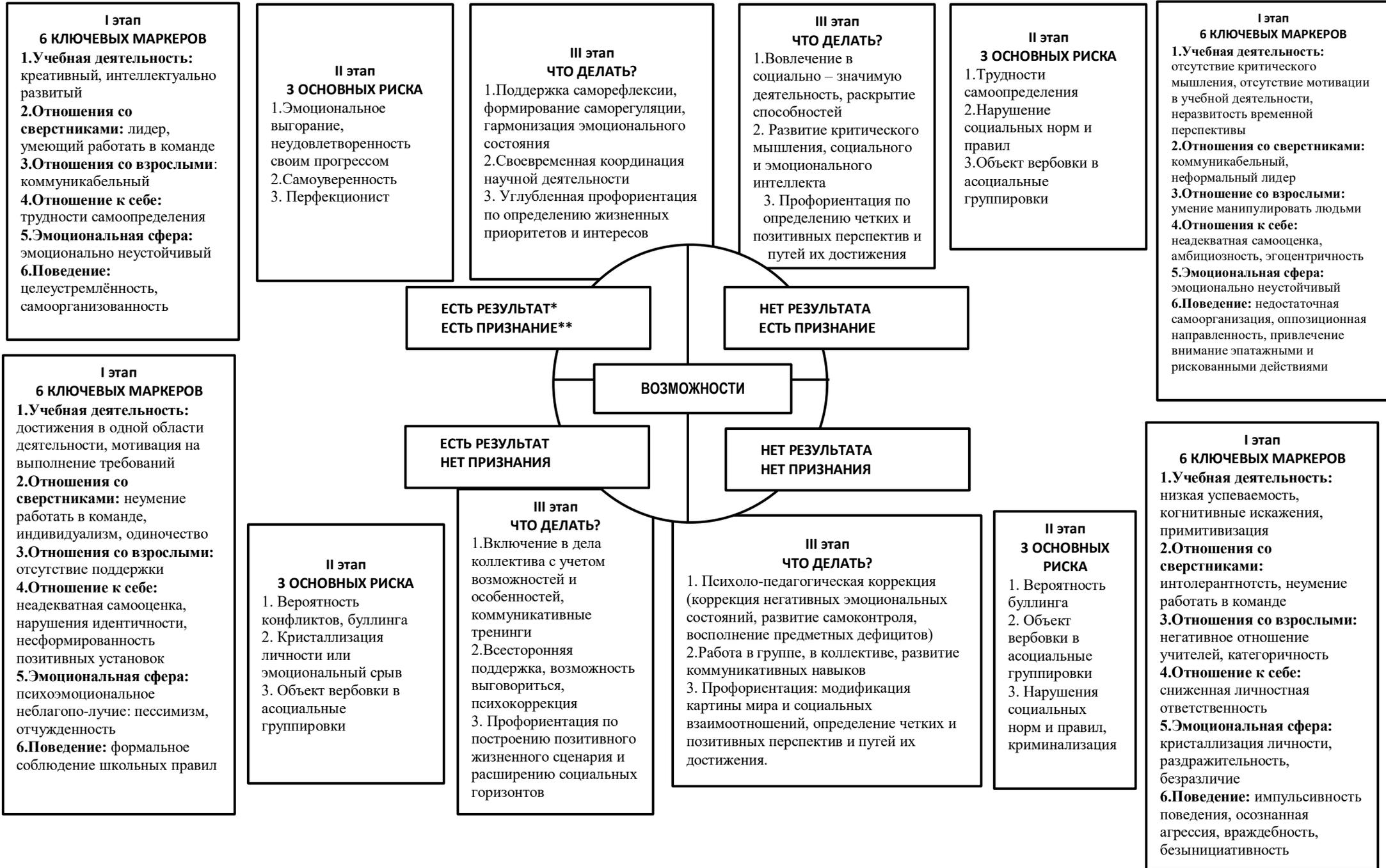
**III этап  
3 ОСНОВНЫХ РИСКА**  
 1. Работа с семьёй: развитие жизненных компетенций  
 2. Выявление интересов и создание островков успеха  
 3. Психолого-педагогическая коррекция (развитие УУД, восполнение предметных дефицитов)

**II этап  
ЧТО ДЕЛАТЬ?**  
 1. Агрессивное поведение.  
 2. Снижение мотивации, апатия, пессимизм  
 3. Отторжение коллектива

**I этап  
6 КЛЮЧЕВЫХ МАРКЕРОВ**  
**1. Учебная деятельность:** низкая успеваемость, отказ от выполнения задания  
**2. Отношения со сверстниками:** неприятие коллективом  
**3. Отношения со взрослыми:** негармоничное семейное воспитание  
**4. Отношение к себе:** неуверенность  
**5. Эмоциональная сфера:** психоэмоциональное неблагополучие: страх перед школой, тревожность  
**6. Поведение:** низкая самоорганизация, утомляемость, не выполнение социальных норм и ценностей







Реестр форм групповой работы и развивающих, профилактических и коррекционных программ для обучающихся

Задачи	Начальная школа	
	Формы работы	Программы
Развитие самопрезентации, способности выражать и отстаивать своё мнение	<p>Участие в концертах, художественных конкурсах, фестивалях, праздниках, экскурсиях в музей.</p> <p>Классные часы, беседы-дискуссии: «Умей сказать НЕТ», «Могу ли Я принять решение, отличное от группы?», «Как отстоять свое мнение?», «Кто Я?».</p> <p>Просмотр и обсуждение кино-, видео , спектаклей, мультфильмов. Например, «Самопрезентация» <a href="https://www.youtube.com/watch?v=NfcMXVeWZTo">https://www.youtube.com/watch?v=NfcMXVeWZTo</a></p> <p>Самоанализ и взаимонализ: «Как мы вели себя на экскурсии?», «Законы товарищества», «Каким быть или кем быть?»; беседы на нравственные темы, например, «Зачем человеку учиться?»; уроки культуры поведения.</p>	<p>Программа по формированию адекватной самооценки младших школьников <a href="https://multiurok.ru/files/proghramma-po-formirovaniuu-adiektivnoi-samoootsienkie-mladshikh-shkolnikov.html">https://multiurok.ru/files/proghramma-po-formirovaniuu-adiektivnoi-samoootsienkie-mladshikh-shkolnikov.html</a></p> <p>Программа по формированию ответственного поведению младших школьников <a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2019/09/24/programma-po-formirovaniyu-otvetstvennogo">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2019/09/24/programma-po-formirovaniyu-otvetstvennogo</a></p> <p>Программа по формированию адекватной самооценки младших школьников <a href="https://infourok.ru/programma-po-formirovaniyu-adekvatnoj-samoocenki-mladshikh-shkolnikov-5232329.html">https://infourok.ru/programma-po-formirovaniyu-adekvatnoj-samoocenki-mladshikh-shkolnikov-5232329.html</a></p> <p>Программа индивидуального развития младшего школьника «Стремись к успеху, младший школьник» <a href="https://urok.1sept.ru/articles/567949">https://urok.1sept.ru/articles/567949</a></p>
Развитие коммуникации	<p>Участие в праздниках, коллективных прогулках, экскурсиях, игры на групповое взаимодействие, участие в групповых проектах, в парной работе.</p> <p>Проекты: «Культура общения», «Виды коммуникации» (по разным эпохам и странам).</p> <p>Классный час: «Я и другие»</p>	<p>Программа занятий по развитию коммуникативных навыков младших школьников. <a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/psikhologiya/2018/10/09/programma-zanyatij-po-razvitiyu-kommunikativnyh-navykov">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/psikhologiya/2018/10/09/programma-zanyatij-po-razvitiyu-kommunikativnyh-navykov</a></p> <p>Программа развития эмоционально-волевой и коммуникативной сфер младших школьников <a href="https://nsportal.ru/vuz/psikhologicheskie-nauki/library/2014/11/11/programma-razvitiya-emotsionalno-volevoy-i">https://nsportal.ru/vuz/psikhologicheskie-nauki/library/2014/11/11/programma-razvitiya-emotsionalno-volevoy-i</a></p>
Развитие ВПФ	<p>Экскурсии (в музей, на выставку в библиотеку и т. п.), конкурсы, турниры, олимпиады, решение задач на</p>	<p>Психологическая программа развития когнитивной сферы учащихся I-IV классов.</p>

	<p>развитие мыслительной деятельности, памяти, внимания в повседневной жизни через диалог с ребенком.</p>	<p><a href="https://nsportal.ru/vuz/psikhologicheskie-nauki/library/2013/04/02/korreksiiono-razvivayushchaya-rabota-lokalovannp-120">https://nsportal.ru/vuz/psikhologicheskie-nauki/library/2013/04/02/korreksiiono-razvivayushchaya-rabota-lokalovannp-120</a>          Программа курса «Юным умникам и умницам» О.Холодова  <a href="http://gorono-ozersk.ru/sites/default/files/naprav_deyat/gmo/str_pedagogi/nach_kl/4plan/vneyr_deyat/ymnikiymnicy1-4.pdf">http://gorono-ozersk.ru/sites/default/files/naprav_deyat/gmo/str_pedagogi/nach_kl/4plan/vneyr_deyat/ymnikiymnicy1-4.pdf</a>          Образовательная программа «Учись учиться»          (Коррекция мыслительных и речевых навыков)  <a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/psikhologiya/2012/06/12/programma-korreksionno-razvivayushchego-obucheniya">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/psikhologiya/2012/06/12/programma-korreksionno-razvivayushchego-obucheniya</a>          Программа развития и воспитания «Ступеньки роста»  <a href="https://multiurok.ru/index.php/files/programma-razvitiia-i-vospitaniia-dlia-1-4-klassov.html">https://multiurok.ru/index.php/files/programma-razvitiia-i-vospitaniia-dlia-1-4-klassov.html</a></p>
<p>Развитие саморегуляции</p>	<p>Обсуждение актуальных тем, принятие кодекса класса, тренинговые упражнения на снятие напряжения, развивающие ролевые игры.</p> <p>Классные часы: «Хочу – нельзя – надо», «Я сам»</p>	<p>Программа коррекционно-развивающих занятий в сенсорной комнате «Удивительно знакомый мир» для обучающихся 1–4 классов  <a href="https://rospsey.ru/node/99">https://rospsey.ru/node/99</a></p> <p>Психопрофилактическая, развивающая программа «Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе»  <a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/psikhologiya/2014/02/12/rabochaya-programma-po-psikhologii-1-4-klass-tropinka-k">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/psikhologiya/2014/02/12/rabochaya-programma-po-psikhologii-1-4-klass-tropinka-k</a></p> <p>Программа по формированию навыков эмоциональной саморегуляции младших школьников  <a href="https://infourok.ru/programma-po-formirovaniyu-navikov-emocionalnoy-samoregulyacii-u-mladshih-shkolnikov-2785091.html">https://infourok.ru/programma-po-formirovaniyu-navikov-emocionalnoy-samoregulyacii-u-mladshih-shkolnikov-2785091.html</a></p> <p>Программа по развитию личности младшего школьного возраста "Я личность"  <a href="https://nsportal.ru/shkola/raznoe/librar">https://nsportal.ru/shkola/raznoe/librar</a></p>

		<p>y/2012/08/18/programma-po-razvitiyu-lichnosti-mladshego-shkolnogo-vozrasta-ya-0</p> <p>Программа занятий по развитию творческого мышления и профилактике школьной тревожности у младших школьников «Маленький волшебник». Психологическая поддержка младших школьников  <a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/psikhologiya/2015/05/15/malenkiy-volshebnik-rabochaya-programma-po-razvitiyu">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/psikhologiya/2015/05/15/malenkiy-volshebnik-rabochaya-programma-po-razvitiyu</a></p> <p>Программа, конспекты занятий «Психологическая поддержка младших школьников»  <a href="https://piratebooks.ru/threads/psihologicheskaya-podderzhka-mladshih-shkolnikov-programmi-konspekti-zanyatii.196860/">https://piratebooks.ru/threads/psihologicheskaya-podderzhka-mladshih-shkolnikov-programmi-konspekti-zanyatii.196860/</a></p>
Развитие критического мышления	<p>Проекты, мастерские. Разбор популярных тем негативного подражания с объяснением объективных минусов и мнимых плюсов ситуации.</p>	<p>Эффективные приёмы развития критического мышления  <a href="https://on-skills.ru/pl/fileservice/user/file/download/h/2b7ea25e4fcec0efffa9fdee2ba12a0b.pdf?gcmes=24684602523&amp;gcmIlg=7694620">https://on-skills.ru/pl/fileservice/user/file/download/h/2b7ea25e4fcec0efffa9fdee2ba12a0b.pdf?gcmes=24684602523&amp;gcmIlg=7694620</a></p>
Профориентация	<p>Участие в клубах (социокультурная практика), конкурсы мастерства.</p> <p>Трудовые десанты, операции, рейды добровольцев.          Общественно-полезный труд по самообслуживанию; игровые формы.</p> <p>Сборник классных часов «Много есть профессий разных»  <a href="http://kopilkaurokov.ru">kopilkaurokov.ru</a> Начальные классы»... _po_proforientatsii...</p>	<p>Программа профориентации для младших школьников</p> <p><a href="http://infourok.ru">infourok.ru</a>material.html?mid=8281</p> <p>Программа ранней профориентации! Тропинка..</p> <p><a href="http://znanio.ru">znanio.ru</a>media...proforientatsii...dlya-1-4-klassov...</p>

Задачи	Основная школа	
	Формы работы	Программы
Развитие самопрезентации, способности выражать и отстаивать своё мнение	<p>Просмотр и обсуждение фильмов, сериалов, социальных роликов и т.п. в сюжете которых показано столкновение мнений, ценностей, убеждений.</p> <p>Например, «Все по-честному» (ГТРК «Самара»), фильмы «Чучело», «Повелитель мух». Видеоролики Социальный проект «Шанс»  <a href="https://vk.com/video/playlist/-24834837_5">https://vk.com/video/playlist/-24834837_5</a></p> <p>Социальный проект: «Всё в твоих руках»</p> <p>Упражнение «Сказочная самопрезентация»  <a href="https://studopedia.net/18_85545_up_razhnenie-skazochnaya-samoprezentatsiya.html">https://studopedia.net/18_85545_up_razhnenie-skazochnaya-samoprezentatsiya.html</a></p> <p>Дебаты.  Путеводитель по дебатам  <a href="https://cmiso.ru/wp-content/uploads/2017/09/putevoditel-po-debatam.pdf">https://cmiso.ru/wp-content/uploads/2017/09/putevoditel-po-debatam.pdf</a></p> <p>Класный час с элементами тренинга «Успешная самопрезентация»  <a href="https://nsportal.ru/download/#https://nsportal.ru/sites/default/files/2015/01/28/trening_uspeshnaya_samoprezentatsiya.doc">https://nsportal.ru/download/#https://nsportal.ru/sites/default/files/2015/01/28/trening_uspeshnaya_samoprezentatsiya.doc</a></p>	<p>Программа «Поверь в себя»»  Социальная адаптация учащихся 5-9 классы: программы, планирование, тематические занятия/  <a href="https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2012/11/04/rabochaya-programma-pover-v-sebya">https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2012/11/04/rabochaya-programma-pover-v-sebya</a></p> <p>Программа «Перекресток»»  Работа с подростками девиантного поведения. 5-11 классы: поведенческие программы, социально-психологические тренинги.  <a href="https://nsportal.ru/user/496849/page/profil-akticheskaya-programma-perekrestok">https://nsportal.ru/user/496849/page/profil-akticheskaya-programma-perekrestok</a></p> <p>Авторская коррекционно-развивающая программа по формированию адекватной самооценки у младших подростков  <a href="https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2019/01/13/avtorskaya-korreksionno-razvivayushchaya-programma-po">https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2019/01/13/avtorskaya-korreksionno-razvivayushchaya-programma-po</a></p> <p>Элективный курс «Самопрезентация»  <a href="https://www.cposo.ru/rs/cppk/2013/Murza_bekovaS.N.pdf">https://www.cposo.ru/rs/cppk/2013/Murza_bekovaS.N.pdf</a></p>
Развитие коммуникации	<p>Участие в пресс-центрах, круглых столах, дискуссиях.</p> <p>Организация праздников, походов, посещение концертов, театров.</p> <p>Проекты: «Реконструкция стилей общения, церемоний, ведения диспутов» и «Ораторское искусство: прошлое, настоящее и будущее».</p> <p>Класный час с использованием рабочей тетради «Личностный рост подростков»  <a href="https://vk.com/doc586586358_573293179?hash=1qvH6DJS8z4lR1Eht">https://vk.com/doc586586358_573293179?hash=1qvH6DJS8z4lR1Eht</a></p>	<p>Программа «Развитие эмоционально-личностной и коммуникативной сфер подростков, обучающихся в интернациональной образовательной среде «Калейдоскоп успеха»»  <a href="https://rospsey.ru/node/121">https://rospsey.ru/node/121</a></p> <p>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социальнопедагогической направленности «Мы разные, но мы вместе» //rospsey.ru/ node/123</p> <p>Авторская психолого-педагогическая программа «Круг сообщества»  <a href="https://rospsey.ru/node/337">https://rospsey.ru/node/337</a></p>

	<a href="https://vbudushee.ru/">Le5x5r7hmI63vpSVpuU7DTV8ko&amp;dl=NZHnrKeZ7f5QnHa01NBc7N9dZBeyBGSB5UKasS7Mx8L</a>	Развитие личностного потенциала подростков. 8—11 классы. Базовый модуль: методическое пособие. <a href="https://vbudushee.ru/">https://vbudushee.ru/</a>
Развитие ВПФ	Участие в лекциях, беседах, диспутах, дискуссиях, интеллектуальных квестах. Проведение ролевых, деловых игр и тренингов.	Адаптированная рабочая учебная программа по коррекции и развитию познавательных психических процессов и речи <a href="https://infourok.ru/programma-po-razvitiyu-vpf-9-klass-4503111.html">https://infourok.ru/programma-po-razvitiyu-vpf-9-klass-4503111.html</a>  Программа развития личности <a href="https://nsportal.ru/shkola/klassnoe-rukovodstvo/library/2011/11/19/avtorskaya-programma-razvitie-lichnosti">https://nsportal.ru/shkola/klassnoe-rukovodstvo/library/2011/11/19/avtorskaya-programma-razvitie-lichnosti</a>
Развитие саморегуляции	Обсуждение актуальных тем, принятие правил классного коллектива, тренинговые упражнения на снятие напряжения, развивающие ролевые игры.  Классные часы: «Хочу – нельзя – надо»  Социальный проект: «Я и другие».  Классный час с элементами тренинга для школьников «Если ты окажешься на распутье». <a href="http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/5_8/materials/pahomova/rasput.pdf">http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/5_8/materials/pahomova/rasput.pdf</a>  Самостоятельный Подросток (классный час с элементами тренинга подготовки к взрослой жизни) <a href="https://vk.com/doc542407668_577999605?hash=Q9wrXjbugX2XMOVtqC18aSHs5FnGkDNqDX73P3ZH Sxo&amp;dl=LBIkYTdXVvk4gzjFKVTLCNI3EdZ0qlsc3sq34feMyYc">https://vk.com/doc542407668_577999605?hash=Q9wrXjbugX2XMOVtqC18aSHs5FnGkDNqDX73P3ZH Sxo&amp;dl=LBIkYTdXVvk4gzjFKVTLCNI3EdZ0qlsc3sq34feMyYc</a>	Программа психолого-педагогических развивающих занятий «Формула эмоционального равновесия». <a href="http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/9_11/materials/etrova/autoreg.pdf">http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/9_11/materials/etrova/autoreg.pdf</a>  Программа «Я говорю о своих чувствах» <a href="https://rospsy.ru/node/107">https://rospsy.ru/node/107</a>  Программа психосоциальной помощи «Подросток и его психосоциальная компетентность» <a href="https://multiurok.ru/files/proghramma-psikhosotsial-noi-pomoshchi-uchashchims.html">https://multiurok.ru/files/proghramma-psikhosotsial-noi-pomoshchi-uchashchims.html</a>  Развивающая психолого-педагогическая программа «Покоритель вершин» <a href="https://rospsy.ru/node/364">https://rospsy.ru/node/364</a>
Развитие критического мышления	Участие в дискуссиях, полемиках, диалогах, круглых столах. Разбор популярных тем для негативного подражания с объяснением объективных минусов и мнимых плюсов ситуации.  Игра «На что потратить жизнь?»	Профилактическая психолого-педагогическая программа «Свой выбор». <a href="http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/5_8/materials/yudina/svoy_vybor.pdf">http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/5_8/materials/yudina/svoy_vybor.pdf</a>

	<p>Эффективные приёмы развития критического мышления  <a href="https://on-skills.ru/pl/fileservice/user/file/download/h/2b7ea25e4fcec0efffa9fdee2ba12a0b.pdf?gcmes=24684602523&amp;gcmlg=7694620">https://on-skills.ru/pl/fileservice/user/file/download/h/2b7ea25e4fcec0efffa9fdee2ba12a0b.pdf?gcmes=24684602523&amp;gcmlg=7694620</a></p>	
Профориентация	<p>Квест-игра по профориентации "Профессии вокруг меня"  <a href="http://videouroki.net/Разработки/kviest-ighra-po...">videouroki.net/Разработки/kviest-ighra-po...</a></p> <p>Профориентационная игра для учащихся 5-6 классов...  <a href="http://urknovbykh.schools.by/pages...igra-dlja...5-6-klassov...">urknovbykh.schools.by/pages...igra-dlja...5-6-klassov...</a></p> <p>Сценарий профориентационной игры "Калейдоскоп..."  <a href="http://intolimp.org/Публикации/...-dlia-5-kh-klassov.html">intolimp.org/Публикации/...-dlia-5-kh-klassov.html</a></p> <p>«Кем быть?» Профориентационная игра для учащихся...  <a href="http://kem.by/teachers/turnir-znatokov-professiy/">kem.by/teachers/turnir-znatokov-professiy/</a></p> <p>Профориентационный урок для 8-9 классов...  <a href="http://urok.pf/library/proforientatcionnij_urok_dlya_89...">urok.pf/library/proforientatcionnij_urok_dlya_89...</a></p> <p>Анкеты и тесты по профориентации  <a href="http://multiurok.ru/Обо_мне/ankiety-i-tiesty-po...">multiurok.ru/Обо_мне/ankiety-i-tiesty-po...</a></p> <p>Занимательная профориентация для учащихся...  <a href="http://urok.1sept.ru/articles/636551">urok.1sept.ru/articles/636551</a></p>	<p>Программа по профориентации для 9 классов  <a href="http://infourok.ru/...po-proforientacii-dlya...1509803.html">infourok.ru/...po-proforientacii-dlya...1509803.html</a></p>

Задачи	Старшая школа	
	Формы работы	Программы
Развитие самопрезентации, способности выражать и отстаивать своё мнение	Участие в дискуссиях, тренинговых упражнениях, творчески-ориентированных психотехниках (арт-терапевтических, сказкотерапевтических). Просмотр фильма «Я и другие», «Невероятная жизнь Уолтера Митти» Классные часы с элементами тренинга: «Мой мир»	Развивающая психолого-педагогическая программа «Развитие креативности» <a href="https://rospsey.ru/node/694">https://rospsey.ru/node/694</a>  Коррекционно-развивающая программа для старшеклассников «Стань успешным!» <a href="https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2016/09/13/programma-korreksionno-razvivayushchih-zanyatiy-dlya">https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2016/09/13/programma-korreksionno-razvivayushchih-zanyatiy-dlya</a>
Развитие коммуникации	Использование игровых методов, групповых дискуссий, проективных методов «репетиции поведения». Упражнение «Сочинение сказки». Просмотр фильма «Заплати другому» Игра «Возведение моста в Африке» Час общения. Просмотр фильма: «Эксперимент», «Эксперимент 2: Волна»	Клуб общения для старшеклассников «Мой мир» Развитие культуры общения в подростковой среде: программы, разработки занятий, рекомендации <a href="https://znanio.ru/media/programma-fakultativnyh-zanyatij-dlya-starsheklassnikov--moj-mir-2750311">https://znanio.ru/media/programma-fakultativnyh-zanyatij-dlya-starsheklassnikov--moj-mir-2750311</a>
Развитие ВПФ	Организация лекций, бесед, диспутов, дискуссий, экскурсий, уроков-практикумов, конференций. Проведение ролевых, деловых, организационно - деятельностных игр. Классные часы с элементами тренинга. Устный сбор информации, тесты, анкеты. Индивидуально-групповая работа Сборник упражнений на развитие высших психических функций <a href="https://znanio.ru/media/uprazhneniya-na-razvitiye-vpf-2535898">https://znanio.ru/media/uprazhneniya-na-razvitiye-vpf-2535898</a> Тренировка памяти «Помни все»: Упражнение «Странный зоопарк», «Запоминательная минутка», «Белый Бим, Черное ухо», «Пишем историю» <a href="https://lifehacker.ru/7-uprazhneniya-dlya-razvitiya-pamyati/">https://lifehacker.ru/7-uprazhneniya-dlya-razvitiya-pamyati/</a>	Рабочая программа элективных курсов «Психология» <a href="http://school10inta.ucoz.ru/Documenty/Obraz_programma/Elektiv/ep_2020_ehlektiv_psikhologija_10-11_klass.pdf">http://school10inta.ucoz.ru/Documenty/Obraz_programma/Elektiv/ep_2020_ehlektiv_psikhologija_10-11_klass.pdf</a> Упражнения по развитию и тренировке памяти <a href="https://kg-college.ru/public/files/psihologo-pedagogicheskoe-soprovozhdenie/meroprijatija-sluzhby-psihologicheskogo-soprovozhdenija-na-distancionnoj-osnove/uprazhnenija_dlja_trenirovki_pamyati.pdf">https://kg-college.ru/public/files/psihologo-pedagogicheskoe-soprovozhdenie/meroprijatija-sluzhby-psihologicheskogo-soprovozhdenija-na-distancionnoj-osnove/uprazhnenija_dlja_trenirovki_pamyati.pdf</a>  Тренинговая программа “Развитие креативности личности” <a href="http://sc7kor.org.ru/treningovaya-programma-razvitiye-kreativnosti-lichnosti-dlya-starshix-shkolnikov.htm">http://sc7kor.org.ru/treningovaya-programma-razvitiye-kreativnosti-lichnosti-dlya-starshix-shkolnikov.htm</a>

	<p>Обсуждение фильмов об особенностях «Одаренная», «Желание жить», «Перед классом»</p> <p>Интеллектуальные задания, упражнения.</p> <p>Командная игра «Конкурс знатоков психологии (по различным направлениям)»</p> <p>Просмотр фильмов «Вам и не снилось...», «Октябрьское небо», «Хористы», «Я и другие»</p>	
Развитие саморегуляции	<p>Семинар-практикум для старшеклассников «Обучение саморегуляции» <a href="http://urok.1sept.ru/articles/561674">urok.1sept.ru/articles/561674</a></p> <p>Мастер-класс «Регуляция эмоционального состояния» <a href="http://urok.1sept.ru/articles/690836">urok.1sept.ru/articles/690836</a></p> <p>Классный час с элементами тренинга по профилактике стрессоустойчивости у подростков «Образ экзамена». <a href="http://urok.1sept.ru/articles/680954">urok.1sept.ru/articles/680954</a></p> <p>Просмотр фильма «Форрест Гамп»</p> <p>Урок психологии по теме "Самоменеджмент" <a href="http://urok.1sept.ru/articles/684753">urok.1sept.ru/articles/684753</a></p>	<p>Программа психолого-педагогических развивающих занятий, направленных на формирование стрессоустойчивости, развитие навыков самопознания и саморегуляции «Формула эмоционального равновесия» <a href="http://rspc-samara.ru/specialist/obuch...materials/petrova...">rspc-samara.ru/specialist/obuch...materials/petrova...</a></p> <p>Развивающая психолого-педагогическая программа «Личностный рост». <a href="http://rspc-samara.ru/specialist/obuch/9_11/materials/dekina/rost.pdf">http://rspc-samara.ru/specialist/obuch/9_11/materials/dekina/rost.pdf</a></p> <p><u>Программа самоактуализации у старшеклассников «Дорогу осилит идущий»</u> <a href="https://cyberleninka.ru/article/n/programma-zanyatij-dorogu-osilit-iduschiy-sozdanie-psihologo-pedagogicheskikh-usloviy-dlya-razvitiya-protsesta-samoaktualizatsii-u">https://cyberleninka.ru/article/n/programma-zanyatij-dorogu-osilit-iduschiy-sozdanie-psihologo-pedagogicheskikh-usloviy-dlya-razvitiya-protsesta-samoaktualizatsii-u</a></p>
Развитие критического мышления	<p>Проведение дискуссий, диспутов, полемики, диалогов.</p> <p>Разбор популярных тем для негативного подражания с объяснением объективных минусов и мнимых плюсов ситуации.</p> <p>Классный час с элементами тренинга «Приемы формирования критического мышления» <a href="http://multiurok.ru...trening...formirovaniia-kriticheskogo...">multiurok.ru...trening...formirovaniia-kriticheskogo...</a></p> <p>Эффективные приёмы развития критического мышления <a href="https://on-skills.ru/pl/fileservice/user/file/download/h/2b7ea25e4fcec0efffa9fdee2ba12a0b.pdf?gcmes=24684602523&amp;gcmlg=7694620">https://on-skills.ru/pl/fileservice/user/file/download/h/2b7ea25e4fcec0efffa9fdee2ba12a0b.pdf?gcmes=24684602523&amp;gcmlg=7694620</a></p>	<p>Развивающая психолого-педагогическая программа «Формирование критического мышления у подростков» <a href="http://kirov.spb.ru/sc/ppms/images/docs/Innovations/2015...">kirov.spb.ru/sc/ppms/images/docs/Innovations/2015...</a></p>

	<p>Кейс –метод, тема «Жить с достоинством. Что это значит?»  Просмотр фильма «В погоне за счастьем»</p>	
<p>Профориентация</p>	<p>Лекции с приглашением специалистов (врачей, работников правоохранительных органов, учителей и др.)  Классный час «Формула выбора профессии»  urok.1sept.ru/articles/691646  Классный час с элементами тренинг «Кем быть?» Профориентация школьников через тренинговиков через тренинговиков  kem.by&gt;teachers/профориентация-школьников-через...  Квест-игра «Профессии, которые мы выбираем».  googleweblight.com&gt;sp?...geid...2018/04/23...kotorye-my  Фестиваль профессий «Билет в будущее»  Проект «Профориентационные экскурсии –профессии наших родителей»  Круглый стол «Ситуация на рынке труда». Встреча с представителями центра занятости.  Экскурсии на предприятия города, села.  Интерактивные экскурсии: «Мир профессий»  Фотофакт «Профессии моей семьи»  Курс внеурочной деятельности «Мой путь к профессии»</p>	<p>Развивающая психолого-педагогическая программа «Перспектива» <a href="http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/9_11/materials/sigacheva/perspektiva.pdf">http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/9_11/materials/sigacheva/perspektiva.pdf</a></p> <p>Программа по профориентации «Выбор профессии дело серьезное»  <a href="http://multiurok.ru/files/proghramma-po-proforiientatsii...">multiurok.ru&gt;files/proghramma-po-proforiientatsii...</a></p> <p>Программа «Путь в профессию»  <a href="https://rospsey.ru/node/359">https://rospsey.ru/node/359</a></p>

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
(МАОУ ..... средняя общеобразовательная школа)**

**УТВЕРЖДЕНО**  
Заместитель директора школы:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.202\_\_г.

**План воспитательной работы \_\_\_\_\_ класса в 2022 – 2023 учебном году**

**Ключевые проблемы класса:** \_\_\_\_\_

Есть результат + есть признание - ..... обучающихся -

Есть результат + нет признания - ..... обучающихся -

Нет результата + есть признание - ..... обучающихся -

Нет результата + нет признания - ..... обучающихся -

**Цели:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Задачи:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Предполагаемый результат**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



Программа психолого-педагогического сопровождения случая

Описание случая

---



---



---



---



---

	Участник 1	Участник 2	Участник 3	Участник 4
Тревожные маркеры				
Ключевая проблема				
Риски				
Стратегии психолого-педагогической помощи				
Предполагаемый результат				

**План реализации мероприятий**

№	Задача	Мероприятия	Участники	Сроки	Результат

