



**Первый этап программы
повышения жизнеспособности
обучающихся**

Проект для параллели 4х классов:

«Ёжики в банке»

МБОУ СОШ №168 с УИПХЭЦ





Задачи первого этапа:

- - формирование адекватного представления о схеме тела;
- - развитие эмоциональной компетентности для профилактики алекситимии, как важного фактора риска нервно-психической неустойчивости;
- - формирование адекватной самооценки через развития навыка рефлексии, получение ответа на вопросы: «Кто я?», «Какой я?», «Чего хочу?», «Чего не хочу?», «На что я способен?», «На что я точно не способен?» и т.п.;
- - формирование представления о себе как о хорошем человеке, через работу с базовыми убеждениями;
- - повышение уровня осознанности, понимания своего места и своей позитивной роли в социуме (семья, школа, класс);



Предполагаемые задачи второго



этапа:

- - развитие морально - нравственных качеств, таких как ответственность, уважительное и внимательное отношение к одноклассникам, педагогам, родителям и др.;
- - развитие эмоционально - волевых качеств, таких как организованность, смелость, самообладание, самостоятельность, инициативность, уверенность в собственных силах, независимость;



Предполагаемые задачи третьего



этапа:



- - развитие способности к саморегуляции (умения оценивать и понимать свое состояние, восстанавливать силы, концентрироваться и адаптироваться к внешним условиям);
- - развитие интенсивности ощущений и скорости адаптации к внешним и внутренним изменениям;
- - проработка личностных страхов и развитие способности к их преодолению.

Задачи всего периода реализации программы:



- - повышение уровня родительских компетенций.



Формы и методы работы:



Целевая аудитория:

- учащиеся параллели 4х классов МБОУ СОШ с УИПХЭЦ №168.



Участники программы:

- - учащиеся;
- - классные руководители;
- - родители;
- - педагог-психолог;
- - социальный педагог;
- - методист.

Критерии эффективности:

- - отзывы участников процесса;
- - динамика по результатам диагностики и наблюдения;



Ожидаемые результаты первого этапа:

- - формирование навыка рефлексии;
- - оптимизация уровня личностной тревожности как показатель повышения уровня уверенности в себе.





Спасибо за

внимание!! 😊

