



Департамент образования мэрии города Новосибирска  
Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного профессионального образования города Новосибирска  
«Городской центр образования и здоровья «Магистр»



Муниципальная программа  
«Развитие жизнеспособности обучающихся в общеобразовательных  
организациях г. Новосибирска»

Беляева Татьяна Геннадьевна  
Заведующий отделом практической психологии

Новосибирск 2024

## Решение задачи развития жизнеспособности у школьников

**Специально разработанная программа**

**Комплексное взаимодействие:  
родители обучающихся, педагоги (классные  
руководители, учителя-предметники),  
социальные педагоги, педагоги-психологи**

**«Жизнеспособность»** отличается от способности «преодолеть трудную жизненную ситуацию» (стратегия совладания), подразумевающей разрешение определенных проблем. Жизнеспособность подразумевает не просто преодоление человеком трудностей и возврат к прежнему состоянию, *но и движение через трудности к новому этапу жизни (А. И. Лактионова).*

# Цель и задачи программы «Развитие жизнеспособности обучающихся в общеобразовательных организациях г. Новосибирска»:

## ЦЕЛЬ:

**повышение уровня жизнеспособности подростков, профилактика антивиталяного поведения.**

## ЗАДАЧИ:

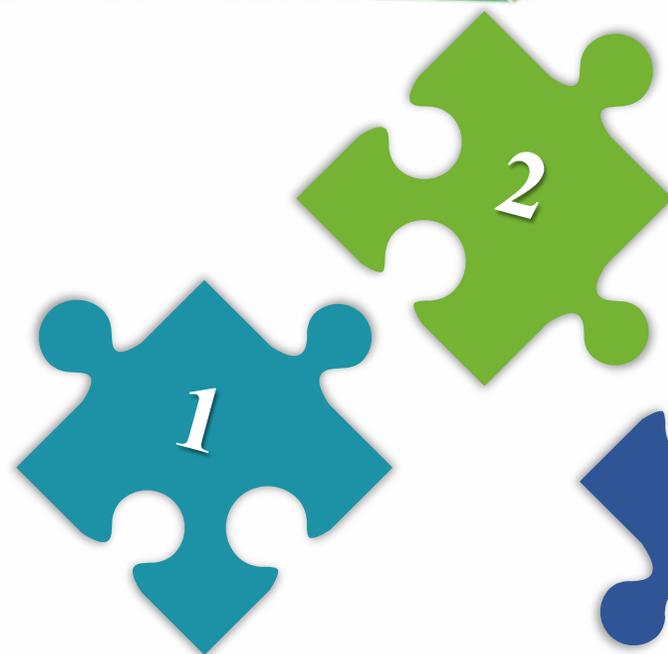
- Повышать психолого-педагогическую компетентность всех участников образовательных отношений.**
- Создать условия для развития жизнеспособности личности детей и подростков, направленных на усвоение алгоритмов конструктивного поведения и готовности к их преобразованию.**
- Проводить занятия, тренинги с детьми и подростками с учетом критериев: когнитивного, поведенческого, мотивационного и эмоционального.**
- Способствовать формированию у детей и подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей.**

## **Задачи программы «Развитие жизнеспособности обучающихся в общеобразовательных организациях г. Новосибирска»:**

- ❑ Способствовать формированию навыков совладания со стрессом у всех участников образовательных отношений.**
- ❑ Организовать комплексное психолого-педагогическое изучение индивидуально-психологических особенностей обучающихся.**
- ❑ Организовать индивидуальное психолого-педагогическое сопровождение обучающихся группы повышенного внимания.**
- ❑ Способствовать развитию критичности восприятия и оценки ситуации, способности к принятию решений.**
- ❑ Способствовать развитию эмоционального интеллекта у всех участников образовательных отношений.**



## Направления деятельности программы:



**Работа с детьми  
(индивидуальная и  
групповая)**



**Работа с  
родителями**

**Работа с  
педагогами**

## Этапы реализации программы:

**1-ый этап направлен на определение уровня развитости компонентов жизнеспособности обучающихся.**

**4-7 классы**

**Индивидуально-типологический опросник (ИТО), рекомендованный Министерством образования Новосибирской области ГБУ НСО «ОЦДК» («Организация социально-психологического тестирования, направленного на раннее выявление «группы повышенного внимания» среди обучающихся 10-13 лет»).**

**1 этап  
подготовительный**

## Этапы реализации программы:

**1-ый этап направлен на определение уровня развитости компонентов жизнеспособности обучающихся.**

**1 этап  
подготовительный**

**5-11 классы**

- **Мониторинг психологически безопасной образовательной среды И. А. Баевой (социально-педагогический опросник обучающихся, родителей, педагогического коллектива (платформа «Армбос»)-электронный вариант обработки).**

1-3 класс	4-7 класс	8-11 класс
<p>Опросник «Сильные стороны и трудности» Р. Гудмана (<u>заполняет учитель</u>)</p>	<p>Тест школьной тревожности Филлипса</p>	<p>Опросник «Способы совладающего поведения» (Лазаруса)</p>
<p>Шкала удовлетворённости жизни ученика Е. С. Хьюбнера в адаптации И. В. Лето (<u>заполняет обучающийся</u>)</p>	<p>Проективные тесты (тест «Дерево Коха»)</p>	<p>Тест смысложизненных ориентаций (Д. А. Леонтьева)</p>
<p>Шкала произвольной регуляции младших школьников О. С. Корниенко (<u>заполняет родитель</u>)</p>	<p>Тест витальности (Г. Резапкиной)</p>	<p>Тест витальности (Г. Резапкиной)</p>

## Этапы реализации программы:

**1-ый этап направлен на определение уровня развитости компонентов жизнеспособности обучающихся.**

**8-11 классы**

**Единая методика социально-психологического тестирования, разработанная Министерством просвещения Российской Федерации.**

**По итогам тестирования выделяется группа повышенного внимания, с которой проводится дополнительное тестирование с использованием тестов:**

- тест смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева,**
- способы совладающего поведения. Копинг-стратегии Лазаруса.**



**1 этап  
подготовительный**

## Сравнительные данные результатов диагностики уровня развития компонентов жизнеспособности обучающихся до и после реализации Программы



## Обработка

### **I. Жизненный тонус**

Преобладание варианта «а» (4-5 баллов) означает энергичность, активную жизненную позицию, интерес к людям, событиям и делу, которым вы занимаетесь.

2-3 варианта «а» и «б» – в данный момент вы не на пике своей работоспособности, которая может зависеть как от вашего состояния, так и от внешних причин.

Преобладание варианта «б» (4-5 баллов) может свидетельствовать о снижении интереса к жизни вследствие усталости, неудач или недомогания.

## Обработка

### II. Целеустремленность

Преобладание варианта «а» (4-5 баллов) означает выраженную целеустремленность, которая может проявляться в готовности брать на себя инициативу и ответственность, уверенность в своих силах, упорство в достижении поставленных целей, высокий уровень притязаний.

2-3 варианта «а» и «б» – умеренно выраженная целеустремленность, которая проявляется только в значимых для вас ситуациях, готовности разделить инициативу и ответственность с другими, колебаниях при принятии важных решений.

Преобладание варианта «б» (4-5 баллов) может означать сниженную активность, неуверенность, тревожность, стремление переложить ответственность за принятие решения на других людей.

## Обработка

### *III. Стрессоустойчивость*

Преобладание варианта «а» (4-5 баллов) означает стрессоустойчивость, которая может проявляться в виде низкой чувствительности к стрессовым ситуациям (конфликты, неопределенность, экзамены). Хладнокровие необходимо в экстремальных ситуациях, однако оно может затруднять общение с другими людьми.

2-3 варианта «а» и «б» – умеренная стрессоустойчивость оказывает на человека стимулирующее действие. Однако вам следует учитывать, что ваше внутренне состояние неустойчиво и зависит от внешних факторов – успеха или неуспеха в делах, отношений с близкими людьми, здоровья.

Преобладание варианта «б» (4-5 баллов) – низкая стрессоустойчивость свойственна людям с высокой тревожностью, которые беспричинно волнуются по поводу предстоящих событий. Волнение и неуверенность часто мешают достичь большего.

## **Обработка**

### ***IV. Независимость***

Преобладание варианта «а» (4-5 баллов) говорит о высокой степени независимости, свойственной человеку самодостаточному, критичному, уверенному в себе. Принимая решение, такой человек ориентируется на свое собственное мнение, а не на мнение окружающих.

2-3 варианта «а» и «б» может говорить о балансе между самостоятельностью и готовностью прислушиваться к мнению окружающих, разумной гибкости в отношениях с другими людьми.

Преобладание варианта «б» (4-5 баллов) означает зависимость от мнения окружающих в ущерб своим интересам, несамостоятельность в принятии решений. Зависимый человек легко может стать жертвой манипуляторов.

## Обработка

### *V. Витальность*

Преобладание варианта «а» по всем шкалам (16-20 баллов) свидетельствует о витальности – жизненной силе, энергии, позитивном настрое, целеустремленности и твердости в сочетании с эмоциональной стабильностью и здоровьем. Человеком с высоким уровнем витальности трудно манипулировать, так он сам творит свою судьбу, принимает решения и несет за них ответственность. Витальность хороша в том случае, если направлена на высокие цели и благородные поступки.

# Этапы реализации программы

## Кадровое обеспечение

### Администрация ОО:

- издает локальные акты, регламентирующие деятельность педагогических работников по профилактике суицидального поведения обучающихся;
- включает в модуль «Профилактика и безопасность» Программы воспитания образовательной организации раздел: «Профилактика кризисных ситуаций обучающихся. Развитие жизнеспособности»;
- организует проведение методических семинаров, педагогических советов по организационно-содержательным вопросам развития жизнеспособности обучающихся в ОО педагогическими работниками.

1 этап  
подготовительный

# Этапы реализации программы

## Кадровое обеспечение

### Классные руководители:

- совместно с педагогом-психологом и социальным педагогом организуют и проводят диагностическое исследование обучающихся и определяют группу повышенного внимания в классном коллективе;
- проводят мониторинг психологически безопасной образовательной среды;
- определяют направления воспитательной работы в классном коллективе.

1 этап  
подготовительный

# Этапы реализации программы

## Кадровое обеспечение

### Педагог-психолог, социальный педагог:

- определяют группу подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, осуществляют диагностическую работу;
- проводят консультирование родителей данной группы подростков;
- составляют учебно-тематический план индивидуальных (групповых) занятий с подростками группы повышенного внимания, который утверждается директором ОО.

**1 этап  
подготовительный**

# Этапы реализации программы

2 этап  
формирующий

**Формирующий этап включает в себя различные психолого-педагогические мероприятия, направленные на формирование и развитие компонентов жизнеспособности, к которым относятся:**

- ✓ **оптимальная смысловая регуляция личности, адекватная самооценка,**
  - ✓ **развитые волевые качества,**
- ✓ **критичность восприятия и оценки ситуации, способности к принятию решений,**
- ✓ **высокий уровень развития эмоционального интеллекта,**
  - ✓ **осознание коллективной цели**
- ✓ **и желание браться за дело, каким бы сложным оно ни было**

## Этапы реализации программы

### Кадровое обеспечение:

#### Администрация:

2 этап  
формирующий

- организует проведение родительских собраний, методических семинаров, педагогических советов по вопросам повышения психолого-педагогической компетентности педагогов;
- координирует работу всех педагогических работников и организует контроль за исполнением плана по развитию жизнеспособности обучающихся.

# Этапы реализации программы

## Кадровое обеспечение:

### Классные руководители:

- организуют просветительскую работу с родителями обучающихся, классные часы по развитию жизнеспособности в соответствии с планом работы;
- осуществляют индивидуальное педагогическое сопровождение обучающихся, оказавшихся в ТЖС.

2 этап  
формирующий

# Этапы реализации программы

## Кадровое обеспечение:

### Педагог-психолог:

- организует в адаптационный период (октябрь-ноябрь) проведение 1-2 групповых психологических занятий в 4-х, 11-х классах, во вновь созданных классах, в конфликтных классах;
- проводит индивидуальные (групповые) занятия по развитию совладающего поведения с подростками, оказавшимися в ТЖС;
- проводит спецкурс курс (факультатив) для обучающихся по развитию жизнеспособности;
- участвует в подготовке и проведении родительских собраний, семинаров для педагогов и родителей;
- осуществляет методическое сопровождение классных руководителей по организации ими работы в классах, направленной на развитие жизнеспособности.

2 этап  
формирующий

# Этапы реализации программы

## Кадровое обеспечение:

### Социальный педагог:

2 этап  
формирующий

- осуществляет социальный патронаж обучающихся в социально-опасном положении, состоящих на ВШУ, ПДН;
- участвует в подготовке и проведении родительских собраний, семинаров для педагогов и родителей;
- участвует в проведении классных часов по развитию жизнеспособности в соответствии с планом работы.

## Этапы реализации программы

**3 этап  
аналитический**

**Мониторинг психологически безопасной образовательной среды с использованием социально-педагогического опросника обучающихся, родителей, педагогического коллектива (И. А. Баева).**

# Этапы реализации программы

## Кадровое обеспечение:

### Администрация:

- осуществляет анализ и оценку результатов школьной программы развития жизнеспособности обучающихся в текущем учебном году;
- при необходимости осуществляет планирование работы на следующий учебный год;
- организует обсуждение результатов работы с родителями и педагогическим коллективом;
- проектирует воспитательную работу по развитию жизнеспособности обучающихся на следующий учебный год с учетом достигнутых результатов.

3 этап  
аналитический

# Этапы реализации программы

## Кадровое обеспечение:

### Классные руководители:

- проводят анализ и оценку результатов по итогам проделанной работы;
- планируют работу с классным коллективом на следующий учебный год.

### Педагог-психолог, социальный педагог:

- осуществляют анализ и оценку результатов школьной программы развития жизнеспособности обучающихся в текущем учебном году (совместно с администрацией ОО);
- планируют мероприятия по повышению психолого-педагогической компетентности педагогов, родителей, собственную работу на следующий учебный год с учетом результатов мониторинга.

3 этап  
аналитический

**Для эффективной реализации программы рекомендуется включать  
4 модуля:**

**1. Профилактическая работа в  
классных коллективах (в  
рамках внеурочной занятости,  
на классных часах) (4-8 часов).**

**2. Уроки психологии,  
элективный курс  
(факультатив) (18-36 часов).**

**3. Индивидуальная работа с  
подростками, оказавшимися в  
трудной жизненной ситуации  
(6-10 часов).**

**4. Повышение психолого-  
педагогической  
компетентности педагогов и  
родителей (4-8 часов).**

# Проектирование модуля «Профилактика и безопасность» рабочей программы воспитания

ИНСТИТУТ ВОСПИТАНИЯ



Реализация воспитательного потенциала профилактической деятельности в целях формирования и поддержки безопасной и комфортной среды в общеобразовательной организации предусматривает (указываются конкретные позиции, имеющиеся в общеобразовательной организации или запланированные):

- ❑ организацию деятельности педагогического коллектива по созданию в общеобразовательной организации эффективной профилактической среды обеспечения безопасности жизнедеятельности как условия успешной воспитательной деятельности;
- ❑ **проведение исследований, мониторинга** рисков безопасности и ресурсов повышения безопасности, выделение и психолого-педагогическое сопровождение групп риска обучающихся по разным направлениям (агрессивное поведение, зависимости и др.);
- ❑ проведение коррекционно-воспитательной работы с обучающимися групп риска силами педагогического коллектива и с привлечением сторонних специалистов (психологов, конфликтологов, коррекционных педагогов, работников социальных служб, правоохранительных органов, опеки и т. д.);

# Проектирование модуля «Профилактика и безопасность» рабочей программы воспитания

Реализация воспитательного потенциала профилактической деятельности в целях формирования и поддержки безопасной и комфортной среды в общеобразовательной организации предусматривает (указываются конкретные позиции, имеющиеся в общеобразовательной организации или запланированные):

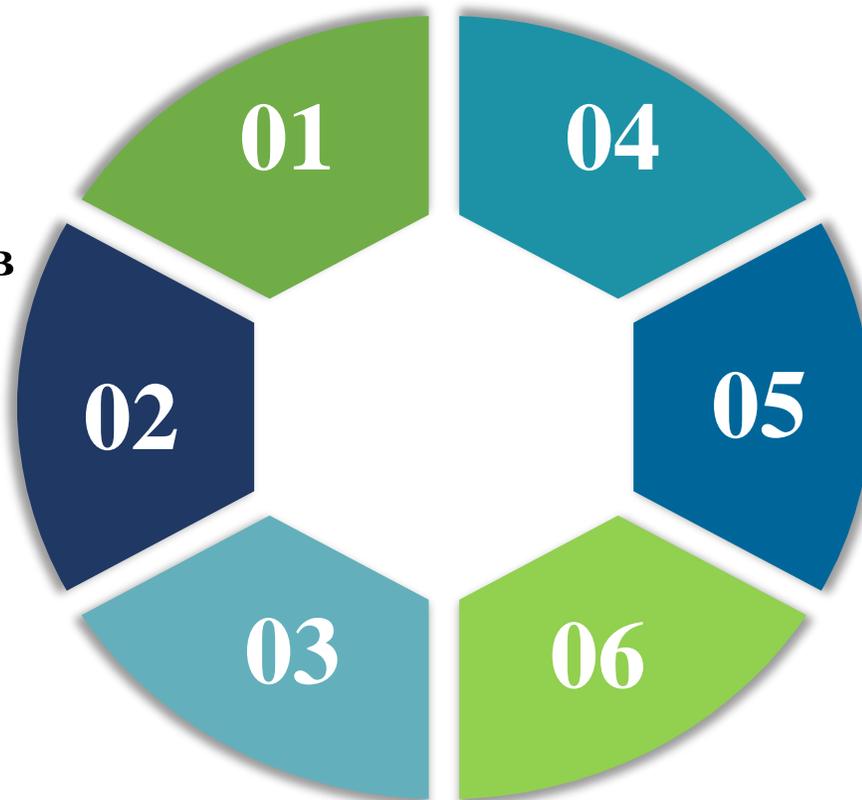
- ❑ **разработку и реализацию профилактических программ**, направленных на работу как с девиантными обучающимися, так и с их окружением, организацию межведомственного взаимодействия;
- ❑ **вовлечение обучающихся в воспитательную деятельность**, проекты, программы профилактической направленности социальных и природных рисков в общеобразовательной организации и в социокультурном окружении с педагогами, родителями, социальными партнерами (антинаркотические, антиалкогольные, против курения, вовлечение в деструктивные детские и молодежные объединения, культы, субкультуры, группы в социальных сетях; по безопасности в цифровой среде, на транспорте, на воде, безопасности дорожного движения, противопожарной безопасности, антитеррористической и антиэкстремистской безопасности, гражданской обороне и т. д.);

## Модуль «Профилактика и безопасность»

**01** Организация безопасной и комфортной среды.

**02** Предупреждение всех видов отклоняющегося поведения детей и подростков.

**03** Организация работы с родительской общественностью.



**04** Изучение возможных рисков безопасности и ресурсов повышения безопасности.

**05** Организация психолого-педагогической и коррекционно-воспитательной работы с обучающимися групп риска.

**06** Поддержка и сопровождение обучающихся и их семей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.

## В модуле «Профилактика и безопасность» должны быть отражены:

**02** Технологии, методы и формы профилактической работы

**04** Межведомственное взаимодействие и социальное партнерство

**01**

**01** Направления профилактической работы в ОО

**02**

**03**

**03** Организация контроля за осуществлением профилактики в ОО

**04**

**Модуль должен иметь ценностную  
и содержательную связь с другими разделами программы воспитания:**

- Уклад образовательной организации**
- Внеурочная деятельность/урочная деятельность**
- Классное руководство**
- Основные школьные дела**
- Внешкольные мероприятия**
- Взаимодействие с родителями**
- Самоуправление**
- Социальное партнерство**

