

## ПЛАН РАБОТЫ НА 2023 – 2024 учебный год.

### Новые программы

В 2023 – 2024 учебном году будут работать традиционные, актуальные для школы программы и направления. В режиме разработки актуальная для школы «Твоя психологическая безопасность» Условием, способствующим развитию психологически здоровой личности, является психологическая безопасность. Безопасность - это явление, обеспечивающее нормальное развитие личности. Потребность в безопасности является базовой в иерархии потребностей человека, без частичного удовлетворения которой невозможно гармоничное развитие личности, достижение её самореализации. Повышение уровня психологической безопасности способствует личностному развитию и гармонизации психического здоровья всех участников образовательного процесса: учащихся, педагогов и родителей.

Программа по профилактике буллинга среди детей подросткового возраста «Дорога добра» В нашей школе имеют место единичные проявления этого явления; это дети, которые являются объектами насмешек, а иногда и открытой агрессии со стороны некоторых учеников. Программа поможет расширять способы конструктивного взаимодействия в конфликтных ситуациях, оптимизировать межличностные и межгрупповые отношения в классных коллективах подростков, будет способствовать развитию позитивного восприятия себя и другого человека.



Девизом этого года для педагога-психолога будут слова: ***«Если знаешь ЗАЧЕМ защищать, то выдержишь любое КАК!»***

## 5 ЦЕЛЕВЫХ ПРОГРАММ

Программа	Краткая аннотация	Продуктивность
<p>Коррекционные сказки для младших школьников «Лесная школа» Автор: М. Панфилова</p>	<p>Программа направлена на адаптацию младших школьников к школе: снижение школьной тревоги у детей, обучение позитивной модели поведения, оказание психологической помощи в решении школьных конфликтов.</p>	<p>Программа способствует успешной адаптации, снижению школьной тревожности и более быстрой и эффективной адаптации.</p>
<p>Программа для младших и средних подростков 5-7 кл. «Доброречие и мудроречие как высшая степень проявления духовности»</p>	<p>Программа направлена на развитие доброй и мудрой речи как источника уважительного, доброго отношения подростков друг к другу.</p>	<p>Программа способствует повышению уровня коммуникативной компетентности и сплочённости классного коллектива</p>
<p>Первый раз в пятый класс! Автор: Е.Г. Коблик</p>	<p>Программа направлена на успешную адаптацию учащихся к условиям средней школы: формирование позитивной Я-концепции, формирование устойчивой учебной мотивации, создание классного коллектива, усвоение детьми школьных правил.</p>	<p>Программа способствует повышению уровня психологической готовности к обучению, познавательному развитию, общению.</p>
<p>Программа «Твоя психологическая безопасность»</p>	<p>Направлена на повышение уровня психологической безопасности, личностное развитие и гармонизацию психического здоровья детей.</p>	<p>Способствует снижению уровня тревожности и повышению уровня психологической защищённости детей</p>
<p>Программа «Каждый важен»</p>	<p>Программа поможет расширить способы конструктивного взаимодействия в конфликтных ситуациях, оптимизировать межличностные и межгрупповые отношения в классных коллективах подростков</p>	<p>Будет способствовать развитию позитивного восприятия себя и другого человека.</p>

# Работа по основным направлениям

## 1. Диагностическая работа

№ п/п	Вид работы	Условия проведения	Сроки проведения	Предполагаемый результат
1.	Диагностика адаптации, мотивации первоклассников к учебному процессу.	1."Графический диктант» 2.Самооценка «Лесенка» 3.Методика Лускановой «Определение уровня школьной мотивации»	Сентябрь-октябрь	1.Изучение течения адаптации 2. Выявление дезадаптированных детей 3. Оказание психологической помощи
2.	Диагностика адаптации, мотивации пятиклассников при переходе из начальной школы в среднюю школу.  Диагностика адаптации вновь прибывших учащихся	1. Цветовой тест эмоционального состояния ребенка в школе Люшер 2. Социометрия 1. Анкета 2. «Тест тревожности Филлипса»	Сентябрь-октябрь	1.Изучение течения адаптации пятиклассников 2. Выявление детей с неблагоприятным течением адаптации 3. Оказание им психологической поддержки
3.	Диагностика эмоционального состояния ребенка в семье (по выбору)	Методика (рисунок) «Моя семья»	Декабрь-январь	1.Выявление семейного благополучия детей 2. Контакт с семьями
4.	Диагностика межличностных отношений 8-11 классы	Тестирование , анкетирование	Декабрь-январь	1.Выявление учащихся имеющих проблемы в отношениях с учащимися, родителями 2.Оказание психологической

				поддержки
5.	Диагностика уровня агрессивности 6-11 классы	Тестирование	Февраль	<p>1. Изучение уровня агрессивности у учащихся</p> <p>2. Выявление учащихся склонных к агрессивному поведению</p> <p>3. Оказание психологической помощи</p>
6.	Диагностика адаптации, мотивации первоклассников к учебному процессу	Повторное обследование	Март	<p>1. Изучение течения адаптации</p> <p>2. Выявление дезадаптированных детей</p> <p>3. Оказание психологической помощи</p>
7.	Диагностика адаптации, мотивации пятиклассников при переходе из начальной школы в среднюю школу	Повторное обследование	Март	<p>1. Изучение течения адаптации пятиклассников</p> <p>2. Выявление детей с неблагоприятным течением адаптации</p> <p>3. Оказание им психологической поддержки</p>
8.	Диагностика профориентации 9 класс (10-11 по запросу)	<p>1. Опросник</p> <p>2. Сбор информации о профессиональных намерениях, выявление профессиональных и познавательных интересов.</p> <p>Установить связь</p>	Апрель	<p>1. Оказание помощи учащимся в выборе профессии.</p>

		между личностным и профессиональным самоопределением старшеклассников.		
9.	<p>Диагностика уровня тревожности в школе у учащихся:</p> <p>а) 4-х классов при переходе в 5-й класс;</p> <p>б) 9-х классов, перед сдачей ГИА;</p> <p>в) 11-х классов, перед сдачей Е</p>	Тестирование	Май	<p>1.Выявление учащихся с высокой степенью тревожности</p> <p>2. Оказание им психологической помощи</p>

## 2.Коррекционно-развивающая работа

1.	Работа с учащимися, имеющими трудности в процессе адаптационного периода. Работа с учащимися, нуждающимися в поднятии уровня мотивации	Индивидуальные, групповые коррекционно-развивающие занятия для учащихся 1-х, 5-х классов	Сентябрь – Май	<p>Индивидуальное психологическое сопровождение ребенка, предупреждение дезадаптации, помощь родителям,лицам, их заменяющим, учителям, разработка рекомендаций, игр для развития ребенка.</p> <p>Благоприятное течение адаптации, снижение риска возникновения дезадаптированных детей</p>
2.	Коррекция поведения у агрессивных учащихся	Индивидуальные, групповые коррекционно-развивающие занятия для учащихся 1-11 классов	Февраль – Май	Оказание психологической помощи агрессивным учащимся. Разработка рекомендаций

3.	Коррекционная работа с учащимися, имеющими высокие показатели уровня тревожности в школе	Индивидуальные, групповые коррекционно-развивающие занятия для учащихся 1-11 классов	В течении года	Оказание психологической помощи учащимся с высокой степенью тревожности. Разработка рекомендаций
4.	Коррекционная работа с учащимися «Группы риска»	Индивидуальные, групповые коррекционно-развивающие занятия для учащихся 1-11 классов	В течении года	Психологическое сопровождение учащихся «Группы риска» и оказание им психологической помощи
5.	Коррекционная работа с учащимися 9,11 классов по психологической подготовке к ГИА			

### 3. Психологическое просвещение и профилактика

1.	Предупреждение возможных социально-психологических проблем у учеников разных классов	Индивидуально	В течении года	Психологическое сопровождение учащихся «Группы риска»
2.	Выступление на родительских собраниях: - «Трудности периода адаптации младших школьников и пути их преодоления.» -«Единый государственный экзамен:	Групповые занятия	В течении года	Повышение психологической культуры родителей и лиц, их заменяющих  Профилактика возникновения стрессов при сдаче ЕГЭ и ГИА

	психологическая подготовка к (ЕГЭ и ГИА).» -«Психологическая готовность ребенка к школе.»			
3.	Работа по сохранению и укреплению психологического здоровья участников образовательного процесса	Месячник психологического здоровья	Октябрь-ноябрь Март-апрель	Укрепление и сохранение психологического здоровья учащихся. Психологическое просвещение родителей, лиц, их заменяющих, учащихся, педагогов.

#### 4. Психологическое консультирование

1.	Индивидуальное консультирование учащихся, родителей и лиц, их заменяющих, педагогов	Индивидуально	В течении года	Оказание конкретной помощи взрослым и детям в осознании ими природы их затруднений, связанных с взаимоотношениями в семье, в кругу друзей, в школе; помощь в формировании новых установок и принятия собственных решений.
2.	Анализ результатов адаптационного периода в школе	Педконсилиум	Ноябрь	Ознакомление с результатами исследования уровня адаптации учащихся.
3.	Анализ результатов диагностических исследований, выдача необходимых рекомендаций педагогам, родителям и лиц, их заменяющих	Групповая работа по итогам результатов диагностической работы	В течении года	Ознакомление с результатами психологических исследований.

## **«Доброречие и мудроречие как высшая степень проявления духовности»**

### **Цели:**

- воспитание гражданственности и патриотизма, любви к русскому как к духовной ценности; гордости родным языком;
- развитие коммуникативных умений и навыков, обеспечивающих свободное владение языком в разных сферах и ситуациях общения; готовности и способности к речевому взаимодействию и взаимопониманию; потребности в речевом самосовершенствовании;

### **Основное содержание программы-тренинга для 7 класса.**

**Тема 1.** Какая речь мне нужна? **1ч**

**Тема 3.** Доброречие. Какое оно? **1ч**

**Тема 4.** Мудроречие. Какое оно? **1ч**

**Тема 5.** Чисторечие, прекрасноречие, какое оно? Речь без ошибок. Чья речь богаче? **1ч**

**Тема 6. 7.** Главный секрет Демосфена: творим мудрость **2ч**

**Тема 8. 9.** Твой голос. Подышим! Скороговорки и докучные сказки. Кричалки. **2ч**

**Тема 10. 11** Слышать – слушать – внимать. Смотрю – вижу – понимаю – воспринимаю сердцем и душой. Можно ли думать сердцем? Послушаем учителя Шалву. Поиграем в моргалки **2ч**

**Тема 12. 13** Добро, рассыпанное по страница школьных сочинений нашдомовцев и «Ровесников». **2ч**

**Тема 14.** Твоя красота в твоей доброте, а добрый человек улыбается по-особому. Шалва Амонашвили о роли улыбки в жизни человека. Сила невербального общения – в улыбке! **1ч**

**Тема 15.** Заговори, чтобы тебя увидели... Как уберечься от сквернословия? **1ч**

**Тема 16. 17.** «Доброречие и добромыслие как высшая степень проявления духовности». **2ч**



## Основное содержание программы для 7-9 классов

<b>8</b>	«Добrorечеие и добромыслие как высшая степень проявления духовности» <b>1ч</b>	Чему научит нас риторика?
	Прогулка по парку «Академус» <b>1ч</b>	Творим мудрость
	Великая сила голоса <b>1ч</b>	Понятия голоса, составляющие голоса: тон, тембр, высота, полетность, чистота и т.д.
	Добrorечеие. Какое оно? <b>2ч</b>	Составление своего словаря добрых слов.
	Мудrorечеие. Какое оно? <b>2ч</b>	Составление своего словаря мудрых слов
	Чисторечеие. Какое оно? <b>2ч</b>	Составление рецепта «Как уберечься от сквернословия»
	Бережём и творим мудрость <b>1ч</b>	Соавторство в парке «Академус»
	Твоя красота в твоей доброте <b>1ч</b>	Анализ сочинений о добре нащдомовцев.
	Практикум «Тон речи» <b>1ч</b>	Характерные особенности тона речи, отличие тона от интонации, взаимодействия между участниками образовательного процесса
	Заговори, чтобы тебя увидели... <b>1ч</b>	Урок-тренинг «Как уберечься от сквернословия?»
	Сила невербального общения <b>1ч</b>	Урок-практикум «Моргалки»
	Защита творческих проектов «твоя красота в твоей доброте» <b>3ч</b>	Защита
<b>9</b>	Заговори, чтобы тебя увидели... <b>1ч</b>	Цель и задачи риторики
	Коммуникативные качества речи. Достоинства и недостатки речи. Риторика уважения. <b>2ч</b>	Возможности коммуникативной функции речи, вычленение достоинств и недостатков речи, этика при общении коммуникантов. Знакомство как вид межличностного общения.

Практикум «Совершенствуем свой голос. Что мешает голосу «летать»». 1ч	Тренинговые упражнения по теме
Контакт начинается со взгляда. Помощники слова – взгляд, улыбка. 1ч	Выборочное чтение книги Ш.А. Амонашвили «Улыбка моя, где ты?»
Роль улыбки в жизни человека 1ч	Выборочное чтение книги Ш.А. Амонашвили «Улыбка моя, где ты?»
Доброречие. Какое оно? 2ч	Составление своего словаря добрых слов.
Мудроречие. Какое оно? 2ч	Составление своего словаря мудрых слов
Чисторечие. Какое оно? 2ч	Составление рецепта «Как уберечься от сквернословия»
Бережём и творим мудрость 1ч	Соавторство в парке «Академус»
Твоя красота в твоей доброте, в твоём добром слове. Защита творческих проектов. 4ч	Анализ сочинений о добре нашдомовцев.

**Гуманистическая составляющая программы состоит в следующем:**

Педагог-психолог стремится сделать тренинговое занятие единством сердца и ума. Добрыми гостями на уроках тренингах будут тёплые эмоции и возвышенные чувства. Учителю же нужно будет принять во внимание несколько путеводных мудростей из классической педагогики:

- Чтобы дарить Ребёнку искорку знаний, учителю надо впитать море света.
- Воспитание Духа и нравственности есть основание всего образования.
- В сотрудничестве со взрослым Ребёнок становится более сильным, чем при самостоятельной работе.

## Целевая программа «КАЖДЫЙ ВАЖЕН»

### Актуальность проблемы

В настоящее время проблеме исследования и профилактике буллинга уделяется большое внимание. И потому вопрос предупреждения ситуаций насилия в системе образования очень актуален, как во всем мире, так и в России. По данным ООН насилию в образовательной организации подвергается каждый десятый школьник в мире, и этот показатель ежегодно растет

**Буллинг** всегда преследует цель затравить жертву, вызвать у нее страх, деморализовать, унижить, подчинить. Обидчики дают ребенку неприятные прозвища, обзывают, бойкотируют, угрожают, отбирают личные вещи или намеренно портят их, бьют или пинают, заставляют делать неприглядные и оскорбляющие достоинство действия, распространяют лживые сведения, сплетни и слухи, исключают ребенка из круга общения, совместных занятий, игр, игнорируют и т.д. Обидчики — булли — чрезвычайно изобретательны.

Обидчиками могут быть и девочки-подростки, ибо буллинге зависит от пола, роста, национальности или предпочтений. Он просто есть и все, как элемент школьной жизни. Повод может быть самым разным. Поэтому пострадать от буллинга может любой ученик. При этом зачастую могут даже отсутствовать какие-либо конкретные основания для агрессии. Объектом буллинга чаще всего выбирают тех, кто отличается от других детей и не может себя защитить.

Предпосылками буллинга являются:

- зависть, желание унижить жертву ради удовлетворения своих амбиций, для развлечения, самоутверждения;
- желание подчинить, контролировать кого-то;
- виктимность жертвы (особенности личности и поведения индивида, навлекающие на него агрессию со стороны других людей, такие как покорность, внушаемость, неумение постоять за себя, неосторожность, доверчивость, легкомыслие, недифференцированная общительность, а также психические расстройства).

Последствия буллинга могут быть различными: от не успешности в учебной деятельности и в жизни до самоубийства жертвы.

Кроме того, буллинг - зачастую скрытый процесс, и для его предотвращения, разрешения конфликта и устранения последствий необходимо слаженное взаимодействие окружения ребенка и всех вовлеченных в образовательную деятельность лиц.

**Цель:** создание благоприятных условий для успешной социализации и развития каждого ребенка, сохранения физического, психического и социального здоровья.

**Задачи:**

- предупреждение возникновения явлений отклоняющегося поведения у обучающихся;
- развитие коммуникативных навыков, формирование ответственного отношения у подростков к своим поступкам;
- обучение навыкам мирного разрешения конфликтов.

№п/п	Мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
<b><i>Работа с родителями</i></b>			
1.	1. Индивидуальные консультации педагога-психолога по профилактике конфликтных ситуаций в детском коллективе, в общении, по вопросам оказания поддержки неуверенным, отвергнутым детям, создание ситуации успеха  2. Психологическая диагностика в контексте проблемы буллинга:  3. Информационные беседы, тематика: • Как научиться жить без драки. 12-15 лет: • Бояться страшно. Действовать не страшно. • О правилах поведения и безопасности на улице. • Безопасное поведение. • Что такое агрессия? • Добро против насилия. • Как не стать жертвой насилия. • Способы решения конфликтов с ровесниками. 16 18 лет	октябрь  по мере необх  в течение года	педагог-психолог  педагог-психолог  педагог-психолог кураторы

№п/п	Мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
<b><i>Работа с детьми</i></b>			
1.	<p><b>Просмотр и обсуждение художественных фильмов:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Чучело» (1983 г.).</li> <li>• «Класс» (2007 г.).</li> <li>• «Розыгрыш» (2008 г.).</li> <li>• «Школа» (телесериал, 2010 г.)</li> <li>• В.К. Железняков «Чучело».</li> </ul>		кураторы + педагог-психолог
2.	<p><b>Чтение книг с последующим обсуждением</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Хосе Тассиес «Украденные имена».</li> <li>• В.Н. Ватан «Заморыш».</li> <li>• Е.В. Мурашов «Класс коррекции».</li> <li>• Стивен Кинг «Кэрри».</li> <li>• Алексей Сережкин «Ученик».</li> <li>• Андрей Богословский «Верочка».</li> <li>• Джоди Пиколт «Девятнадцать минут»</li> </ul>		кураторы
3.	<p><b>Конкурсы плакатов и рисунков:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Буллинг как этическая проблема.</li> <li>• Относись к другому так, как ты хотел бы, чтобы относились к тебе.</li> <li>• Детство, свободное от жестокости.</li> <li>• Скажем «Нет» равнодушию к детскому насилию</li> </ul>		Кураторы
4.	<p><b>Сочинений, эссе «Дружба – главное чудо»</b></p>		Учителя русского языка



## **Коррекционные сказки. Марина Панфилова.**

**Адаптация ребенка к школе. Психопрофилактические и коррекционные сказки для школьной адаптации. Сказки об отношении учеников к вещам, к урокам, к знаниям; они о здоровье и о том, как стать большим...**

**Цель настоящей программы:** содействие благоприятному течению социально-психологической адаптации первоклассников к школьному обучению.

**Задачи:**

1. Формирование положительного отношения к школе, стимулирование познавательной активности школьников;
2. Знакомство школьника с нормами школьной жизни, содействие принятию требований учителя и ритма учебной деятельности, овладению правилами поведения на уроке и перемене, формирование личностных УУД;
3. Развитие эмоционально-волевой сферы, содействие формированию произвольности и саморегуляции поведения, снятие страхов и эмоционального напряжения

**Планируемый результат:** благоприятное течение социально-психологической адаптации обучающихся 1 класса к школе, сформированность УУД. Сказки позволяют ребенку почувствовать, что он не одинок в своих ожиданиях и переживаниях, что многие другие дети испытывают то же самое. Это оказывает успокаивающее воздействие, укрепляет уверенность в себе; ценность сказок заключается еще и в том, что они предлагают ребенку возможные способы решения школьных проблем и трудностей, указывают направление выхода из сложившейся ситуации. Зная конкретный способ преодоления школьных неудач, ребенок чувствует себя сильным и уверенным.

**Методика занятия проста:** сказки читаются выразительно, с паузами, затем предлагается обсуждение по вопросам:

- О чём эта сказка?
- Кто главные герои?
- Какой опыт пригодится в дальнейшем?

Продолжительность занятий: 40 минут.

Периодичность встреч: 1 раз в неделю в течение 4 месяцев.

## Программа «Первый раз в первый класс!» (15 ч)

### Пояснительная записка



Переход из младшей школы в среднюю – важный момент в жизни школьника. В пятом классе для детей многое оказывается новым: учителя, разные требования, форма обучения, которая в средней школе становится предметной, а иногда и одноклассники. Смена окружения может сопровождаться повышением тревожности, снижением активности, невнимательностью детей, могут возникнуть трудности в общении со сверстниками и учениками, может произойти снижение успеваемости по сравнению с начальной школой.

Практической основой для данной программы стала программа Коблик Е. Г. «Первый раз в пятый класс».

**Цель программы:** способствовать психологической адаптации пятиклассников к условиям средней школы.

### Задачи:

Формирование у детей позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки, снижение уровня школьной тревожности

Формирование положительной учебной мотивации детей

Формирование групповой сплоченности

Освоение детьми школьных правил

Выработка норм и правил жизни класса

Формирование навыков уверенного поведения

Формирование адекватных форм поведения в новых школьных ситуациях

Развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми учителями и другими сотрудниками школы.

### Методы и техники, используемые в программе

1. Ролевые игры. Разыгрывание различных ситуаций, предлагаемых как этюды (например, обиженный и обидчик; учитель и ученик).
2. Дискуссии. Обсуждение вопросов, связанных с основной темой занятия.
3. Рисуночная арт-терапия. Задания могут быть предметно-тематические («Я в школе», «Мое любимое занятие», «Мой самый хороший поступок») и образно-тематические: изображение в рисунке абстрактных понятий в виде созданных воображением ребенка образов (таких, как «Счастье», «Добро»), а также

изображающие эмоциональные состояния и чувства («Радость», «Гнев», «Обида»).

4. Моделирование образцов поведения. Поскольку тревожность и страхи перед определенными ситуациями обусловлены отсутствием у младшего подростка адекватных способов поведения, нами подобраны игры и упражнения на снятие тревожности, на преодоление школьных страхов, которые позволяют преодолеть тревожность и расширить поведенческий репертуар ребенка.

5. Метафорические истории и притчи.

### **Структура занятия**

Каждое занятие начинается ритуалом приветствия, выполняющим функцию установления эмоционально-позитивного контакта психолога с ребенком и формирования у ребенка направленности на сверстников, и завершается ритуалом прощания. Эти процедуры спланируют детей, создают атмосферу группового доверия и принятия. Разминка включает упражнения, которые помогают детям настроиться на работу, повышают уровень их активности и способствует формированию групповой сплоченности. Основная часть занятия включает в себя психотехнические упражнения, игры и приемы, направленные на решение основных задач тренинга.

Предпочтение отдается многофункциональным техникам, таким как моделирование образцов поведения, позволяющим преодолеть тревожность и расширить поведенческий репертуар ребенка. Тревожность и страхи перед определенными ситуациями обусловлены отсутствием у младшего подростка адекватных способов поведения, поэтому в основной части занятия в первую очередь представлены упражнения и игры, направленные на снятие тревожности и школьных страхов. Обсуждение итогов занятия, или рефлексия является обязательным этапом и предполагает эмоциональную и смысловую оценку содержания занятия в ходе заключительного обсуждения. Соблюдение подобной структуры занятий, привыкание к ней детей помогает им войти в новую деятельность и сформировать соответствующие ожидания.

**Ожидаемый результат:** благоприятное течение адаптации пятиклассников к обучению в школе.

### **Основные показатели благоприятной адаптации ребенка:**

формирование у детей позитивного отношения к школе, к учителям и одноклассникам, установление контакта с учащимися, с учителем;

повышение групповой сплоченности

формирование адекватного поведения,

снижение эмоционального напряжения, снижение тревожности, скованности, боязливости в движениях и речи.