

Содержание

"Неудобные дети": воспитание гиперактивного ребенка.....	3
Влияние питания на формирование и развитие СДВГ при воспитании гиперактивного ребенка.....	4
Психолого-педагогическое сопровождение детей.....	5
Психолого-педагогическое сопровождение детей по ФГОС: понятие, цели и задачи.....	5
Особенности обеспечения психолого-педагогического сопровождения детей...	6
Психолого-педагогическое сопровождение детей с ОВЗ.....	7
Применение медиации в школьных конфликтах.....	9
Принципы медиации в школе.....	9
Виды медиации в школе.....	10
Преимущества медиации в школе.....	12
Задачи и функции школьной службы примирения.....	13
Состав школьной службы примирения.....	15
Психолого-педагогические условия реализации основной образовательной программы.....	17
Описание психолого-педагогических условий реализации основной образовательной программы ОО.....	18
Интеграция и концентрация ресурсов для реализации	

психолого-педагогических условий реализации основной образовательной программы ОО.....	24
Конфликты в школе: повышение стрессоустойчивости учащихся старших классов.....	27
Диагностика стрессов после конфликтов детей в школе.....	27
Конфликты в школе и другие причины, вызывающие стресс у подростков.....	28
Содержание программы повышения стрессоустойчивости и предупреждения конфликтов детей в школе.....	29
Упражнения по повышению устойчивости к стрессу после серьёзных конфликтов детей в школе.....	30

"Неудобные дети": воспитание гиперактивного ребенка

Воспитание [гиперактивного ребенка](#) часто вызывает у родителей немалые трудности.. Далеко не каждому из них по душе поведение такого ребенка в общественных местах и дома, при этом многочисленные окрики и запреты не приводят к желаемому результату. Порой родители приходят в отчаяние: "Я не знаю, что мне с ним делать! Сил моих больше нет!" Знакомая ситуация, не правда ли?

Попробуем разобраться в причинах проявления СДВГ, определить правильный стиль воспитания гиперактивного ребенка, учитывающий психолого-физиологические особенности такого ребенка, выявить внутренние установки родителей в рамках данной проблемы.

Большинство исследователей отмечает три основных блока проявлений СДВГ: гиперактивность, дефицит внимания, импульсивность. Гиперактивность проявляется:

- избыточной двигательной активностью,
- [беспокойством, суетливостью,](#)
- многочисленными посторонними движениями, которых ребенок часто не замечает сам.

Для детей с СДВГ характерна чрезмерная болтливость, неспособность усидеть на месте, меньшая (по норме) продолжительность сна. В двигательной сфере обычно обнаруживаются нарушения координации, несформированность мелкой моторики:

- неумение завязывать шнурки,
- застегивать пуговицы,
- использовать ножницы и иголку,
- несформированность почерка.

Современные исследования показывают, что двигательная активность у детей с СДВГ выше, чем у других, даже во сне. Врачи в Европе и Америке работают над решением проблемы, причем успешно, и уже могут назвать многие причины, которые ее вызывают.

Влияние питания на формирование и развитие СДВГ при воспитании гиперактивного ребенка

В большинстве продуктов содержатся различные консерванты, ароматизаторы, искусственные наполнители, пищевые красители, негативно влияющие на нейрохимические процессы. А гиперактивность, нарушение внимания, беспокойство – это проявления химического [дисбаланса мозга](#). Сегодня производители питания предлагают многочисленные виды напитков, которые так нравятся детям. К сожалению, большинство из них не приносит пользы для детского организма. Помимо большого количества сахара в них содержится столько пищевых красителей и ароматизаторов, что они просто не успевают выводиться естественным путем. Даже безобидный апельсиновый сок (консервированный с пищевым красителем тертазин) может нанести удар по организму, поскольку выводит из организма цинк – важнейший минерал, активно участвующий в большинстве процессов и влияющий на умственную деятельность человека, его поведение и способность к обучению.

Совершенно недопустимо кормить ребенка "взрослыми" консервами. Они перенасыщены солью и консервантами, плохо перевариваются, раздражают слизистые оболочки ЖКТ, способствуют возникновению кишечных заболеваний и аллергии.

Известно, что если сахар употреблять с белками, то никаких нарушений не последует, а вот если с крахмалами, то он может вызвать нарушение поведения даже у спокойных детей. Почему это происходит? Сахар и углеводы наполняют кровь глюкозой. Чтобы переработать ее, организм вынужден вырабатывать большое количество инсулина. В результате происходит резкое падение уровня сахара в крови, подчас слишком сильное – такое состояние называется гипогликемией. Возникает слабость, усталость.

Для нейтрализации этого состояния организм производит мощный выброс гормонов энергии, сосуды сжимаются, меняется сердечный ритм, может появиться озноб конечностей. Автономная система, отвечающая за произвольные физические процессы, подавляется, что проявляется в нервозности, страхах, одышке. Мышцы готовы к действию. Многие гиперактивные дети страдают от нехватки конкретных витаминов, в основном тех, которые относятся к группе В особенно от дефицита витамина В12.

Психолого-педагогическое сопровождение детей

[Введение федерального государственного образовательного стандарта](#) изменило порядок осуществления образовательной деятельности в школах. Смещение ориентиров ведения педагогической деятельности на обеспечение условий для всестороннего развития личности выдвинуло на первый план психолого-педагогическое сопровождение детей, позволяющее отследить индивидуальные результаты освоения программ, способствовать формированию личностных качеств. Психолого-педагогическое сопровождение позволяет охватывать сразу несколько образовательных задач, поэтому его следует рассматривать как неотъемлемое звено системы образования, которое должно быть реализовано в каждой образовательной организации.

Психолого-педагогическое сопровождение детей по ФГОС: понятие, цели и задачи

[Психолого-педагогическое сопровождение детей](#) – это система профессиональной деятельности в области образования, осуществляемая с целью создания комфортных психологических и социальных условий для успешного освоения школьником предусмотренных программами знаний, умений и

навыков на каждом этапе обучения. Сопровождение ребенка позволяет обеспечить ему свободу развития и самовыражения. При этом очень важно, чтобы учащийся выступал в данной модели отношений полноправным субъектом, активно взаимодействующим с педагогами и родителями.

Цель реализации программы психолого-педагогического сопровождения обучающихся – гарантировать результаты обучения, реализации [планов воспитательной работы](#), предусмотренные ФГОС. Этапы достижения цели в условиях школы позволяет выявить психолого-педагогическая диагностика, которая систематически проводится под руководством педагога-психолога.

К задачам психолого-педагогического сопровождения следует отнести:

- предупреждение возникновения затруднений в развитии школьников, формирование у учащихся способности адаптироваться к новым условиям осуществления образовательного процесса;
- оказание помощи учащимся в вопросах повышения успеваемости, социализации, профессиональной ориентации, достижения эмоциональной стабильности, уверенности в собственных силах, [преодоления конфликтов](#), построения дружеских отношений с одноклассниками, старшими товарищами, родителями, членами семьи;
- повышение психологической образованности педагогического коллектива ОО, родителей.

Особенности обеспечения психолого-педагогического сопровождения детей

Сопровождение развития школьников со стороны педагогического коллектива и психологов важно рассматривать как комплекс мероприятий, реализуемый на разных этапах взросления. В условиях введения ФГОС очень важно обеспечить осуществление консультативной, мониторинговой, коррекционно-развивающей работы со школьниками в индивидуальном и групповом порядке. Так, в рамках класса и школы важно реализовать сопровождение по таким направлениям:

- оказание помощи в адаптации учащихся в переходные периоды (поступление в первый класс, [переход в основную школу в 5 классе](#));

- профилактика девиантного поведения у школьников «группы риска»; психологическое консультирование педагогов-предметников, родителей;
- диагностика способностей учащихся;
- выявление детей с особыми образовательными потребностями, создание условий для освоения ими основных образовательных программ (индивидуализация обучения);
- выявление и поддержка одаренных школьников;
- укрепление психического здоровья детского контингента;
- профориентационная работа.

Программы психолого-педагогического сопровождения детей реализуются через внедрение в образовательный процесс специальных условий со стороны руководства ОО, педагогического коллектива, педагогов-психологов.

Школьный психолог обязан в соответствии с должностными обязанностями проводить психолого-педагогическую диагностику учащихся, консультировать школьников, учителей и школьников по вопросам взаимодействия, организации воспитательно-учебного процесса, вести коррекционно-развивающую деятельность, оказывать помощь в дифференциации учебной нагрузки. В условиях сопровождения педагогам следует учитывать индивидуальные возможности детей, использовать современные образовательные технологии, оптимизировать процесс обучения, обеспечивать здоровьесберегающие условия на уроках, вести разъяснительную работу с родителями.

Администрация школы должна организовать оптимальный режим учебных нагрузок через разработку и утверждение нормативных документов, обеспечить контроль сопровождения, стимулировать взаимодействие учителей, педагога-психолога, родителей.

Только при условии выполнения этих условий в образовательной организации удастся организовать психолого-педагогическое сопровождение детей по ФГОС, наладить взаимодействие между всеми участниками образовательного процесса с целью создания в стенах школы уникальной среды, в которой дети могут получать новые знания, осваивать навыки и умения, формировать личностные качества.

Психолого-педагогическое сопровождение детей с ОВЗ

Сопровождение процесса обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья отличается рядом особенностей, связанных с необходимостью формирования психологической готовности участников образовательного процесса к работе с инвалидами.

Для этого требуется переосмысление школьниками отношения к детям с ОВЗ, признание их равных прав на получение образования, утверждение адаптированных образовательных программ, введение значительных изменений в организацию процесса обучения, разработка конкретных программ сопровождения детей с ОВЗ для оптимальной реализации их возрастных возможностей.

Психолого-педагогическое сопровождение детей с ОВЗ должно включать:

- выявление у детей-инвалидов патологий на школьном психолого-педагогическом консилиуме, их анализ и разработка путей устранения;
- составление индивидуальной программы сопровождения с учетом особенностей каждого ребенка (консультации, коррекционно-развивающие занятия);
- оказание консультативной поддержке семьям, в которых воспитываются дети с ОВЗ;
- оценку эффективности обучения детей-инвалидов по адаптированным программам, анализ результативности психолого-педагогического сопровождения в школе, внесение коррективов в работу специалистов (педагога-психолога, социального педагога, учителя-логопеда).

Выполнение деятельности по вышеперечисленным направлениям позволяет успешно реализовать процесс интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья в неспециализированных школах, обеспечить физическое, психическое, психологическое, нравственное и социальное здоровье всех участников образовательного процесса.

Применение медиации в школьных конфликтах

Школьные конфликты — закономерное явление, они существовали всегда. В то время как официальная процедура рассмотрения споров — медиация — оформилась лишь в 40-х гг. прошлого столетия в США. В России термин впервые стал упоминаться в 90-х гг. как инновационный способ разрешения противостояния.

До 2010 г. предпринимались неоднократные попытки разработать специальный закон, регламентирующий процесс медиации в школе, однако проекты не получили достаточной поддержки. 27 июля 2010 г. Государственной Думой РФ был принят Федеральный закон № 193-ФЗ «Об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника (процедура медиации)», вступивший в силу с 1 января 2011 г.

Служба медиации в школе — процесс, в котором участники (конфликтующие стороны) с помощью беспристрастной третьей стороны (медиатора) разрешают свой спор.

Медиатор — нейтральный посредник, помогающий наладить конструктивный диалог между сторонами по поводу возможного разрешения противостояния и в равной степени поддерживающий их в этом. Его главная цель — организовать переговоры таким образом, чтобы стороны пришли к взаимовыгодному решению.

Принципы медиации в школе

Выстраивая свою деятельность медиатор должен придерживаться следующих принципов:

- добровольности участия сторон — принуждение в какой-либо форме недопустимо. Стороны вправе отказаться от участия в процессе примирения, как до его начала, так и уже в процессе;
- информированности сторон — медиатор обязан предоставить сторонам всю необходимую информацию о сути процесса и возможных последствиях;
- нейтральности медиатора — медиатор в равной степени поддерживает стороны и их стремление в разрешении конфликта. Если он чувствует, что не может сохранять нейтральность, то должен передать дело другому медиатору или прекратить медиацию в школе;
- конфиденциальности процесса — защита должна быть обеспечена как самому процессу, так и документам, его касающимся. Исключение составляет информация, связанная с возможной угрозой жизни либо с возможностью совершения преступления;
- ответственности сторон — медиатор отвечает за безопасность участников на встрече, а также за соблюдение принципов и стандартов процесса медиации в школе. Ответственность за результат несут обе стороны столкновения. Медиатор не может советовать сторонам, принять то или иное решение;
- заглаживания вреда обидчиком — в ситуации, где есть обидчик и жертва, ответственность за принятие решения лежит в первую очередь на обидчике.

Виды медиации в школе

1. Медиация в школе, ориентированная на решение проблем, — предполагает сосредоточенность на интересах людей. Медиатор в рамках данного подхода вначале предлагает сторонам высказать свои позиции, а уже потом помогает им осознать, что у обеих сторон есть общие потребности и интересы.
2. Трансформативная — данный подход основан на способности медиации производить трансформативное воздействие, полезное для участников школьного конфликта. Но достичь такого эффекта можно лишь при условии, что медиатор использует практические методы, которые дают участникам возможность почувствовать свою силу и признать чувства другой стороны. Признание своей силы и степени влияния на процесс активизирует самоопределение и независимость сторон, повышает их способность ясно видеть ситуацию и принимать решения автономно. Признание подразумевает, что стороны в состоянии понять эмоции и точки зрения оппонента и пойти навстречу друг другу в удовлетворении потребностей. Все это помогает участникам достичь взаимопонимания, способствует более чуткому отношению к разным потребностям.
3. Нарративная — основана на убеждении в том, что медиаторы и участники школьного конфликта оказывают влияние друг на друга в ходе диалога, т. е. сама процедура выглядит как процесс, участники которого излагают свой взгляд на происходящее. Медиатор помогает сторонам создать историю, где события, создавшие конфликтную ситуацию, выглядели бы иначе. В такое повествование были бы включены факты и истории, которые прежде оставались вне поля зрения конфликтующих и могли кардинально изменить отношение участников к произошедшему. Принципы, на которых строится нарративная медиация в школе, в основе своей фокусируются на идее о том, что важны не столько сами события, сколько то, как о них рассказывают люди или группы людей.
4. Экосистемная, или семейно-ориентированная медиация в школе, — используется в основном для урегулирования семейных конфликтов. Основная задача — помощь семьям в адаптации к грядущим переменам, сохранении нормальных отношений с детьми. В основе подхода — теория систем, которая позволяет понять различные семейные структуры, отношения и модели поведения и помочь в восстановлении нарушенных отношений. Исследование взаимодействий

и моделей общения позволяет медиатору помочь сторонам избежать упрощенного причинно-следственного понимания проблемы, которое способствует «тоннельному зрению» и обмену обвинениями. Если рассматривать противостояние с системной точки зрения, выясняется, что действия каждого члена семьи, включая детей, влияют на реакции и действия других членов семьи. Следовательно, если цель примирения — нахождение решения проблемы, которое действительно сработает на практике, невозможно работать только со взрослыми, не принимая во внимание потребности, чувства и реакции их детей. Ведь вполне возможно, что дети найдут способ помешать реализации достигнутых договоренностей, которые совершенно не соответствуют их желаниям и потребностям.

5. Медиация в школе, основанная на понимании, — предполагает разрешение спора посредством понимания, т. к. более глубокое понимание сторонами их собственных перспектив, приоритетов и интересов, как и перспектив, приоритетов и интересов всех других сторон, делает их способными совместными усилиями преодолеть возникший между ними конфликт. Данный вид примирения предполагает, что именно сами участники, а не профессионалы, наиболее полно представляют себе суть спора и имеют наилучшие возможности найти решение.
6. Восстановительная медиация в школе — разрабатывалась как самостоятельный вид именно в России, поэтому она учитывает специфику нашего общества. Направлена на создание условий для диалога, в процессе которого ответственность за принятые решения лежит на сторонах столкновения, в результате чего происходит заглаживание вреда и восстановление отношений, внутриличностных статусов участников школьного конфликта. Основная задача медиатора — не помирить стороны, а создать такие условия, в которых они смогут сами прийти к важному восстановительному эффекту примирения и заключению договора. Восстановительный примиритель обучен работать с отказами, неготовностью людей принимать на себя ответственность, отсутствием запроса на его работу (особенно с семьями и детьми в «трудной жизненной ситуации»).
7. Оценочная — предполагает, что медиатор влияет на процесс медиации в школе, оценивая происходящее, а при определенных обстоятельствах и оказывает влияние на результат диалога, при необходимости предлагая свои варианты разрешения конфликта.

Преимущества медиации в школе

1. Вступление конфликтующих сторон в процесс медиации в школе является исключительно добровольным, медиатор — свободно выбранным сторонами.
2. Конфликтующие стороны вырабатывают и принимают решение. Примиритель никаких решений по поводу спорного вопроса не принимает и не дает никаких рекомендаций.
3. Все решения принимаются только по обоюдному согласию сторон, и обе стороны добровольно принимают на себя обязанности выполнять их. Понятно, что это возможно лишь в том случае, если участники конфликта удовлетворены решениями.
4. Нацеленность на поиск согласия. Стороны перестают искать «правого» и «виноватого» и с помощью посредника обсуждают различные варианты решения конфликта, совместно выбирая из них тот, который обе сочтут наилучшим.
5. Риск медиации в школе минимален, поскольку каждая сторона в любой момент может отказаться от продолжения процесса переговоров.
6. Процесс относительно непродолжителен.

Задачи и функции школьной службы примирения

Один из способов урегулирования конфликтных ситуаций — создание школьных служб примирения как структурного подразделения образовательной организации, которое объединит всех участников образовательных отношений, заинтересованных в разрешении конфликтов.

Чаще всего школьные конфликты независимо от сложности решаются двумя способами:

1) административным (наказание или угроза наказания); 2) участники направляются к педагогу-психологу или социальному педагогу. Подростковые же конфликты межличностного характера заканчиваются в основном либо так называемыми стрелками между учащимися, либо просто замалчиваются. Школьники, таким образом не получают практических навыков конструктивного

выхода из конфликтной ситуации: полного разрешения спора не происходит либо решение находит кто-либо за них.

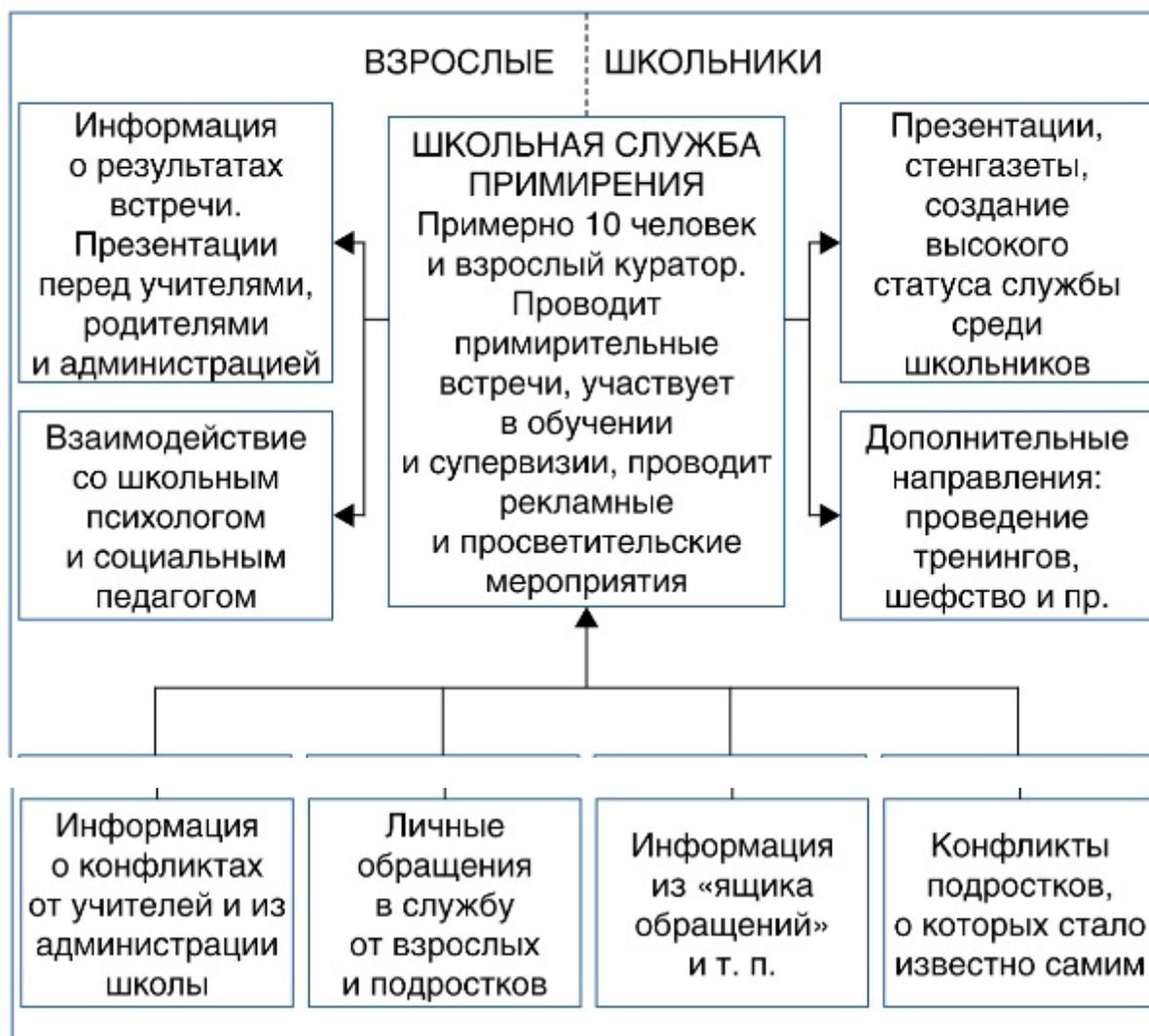
Во избежание подобного целесообразно обращаться к процедуре медиации в школе и нейтральному посреднику, который поможет взаимодействующим сторонам снизить эмоциональный накал, услышать и понять друг друга, найти выход из конфликтной ситуации и обсудить, как избежать повторения подобного в будущем.

Служба медиации в школе — это форма социально-психологической помощи всем участникам образовательных отношений в конфликтах, тяжелых жизненных ситуациях, случаях правонарушений учащихся (рис. 1). Миссия школьной службы примирения заключается в восстановлении и закреплении в образовательной среде способности к взаимопониманию как культурной традиции.

Цель службы медиации в школе: развитие восстановительного способа реагирования на конфликты и правонарушения.

Задачи:

- проведение примирительных программ для участников школьных конфликтов и ситуаций криминального характера;
- обучение школьников методам эффективного урегулирования конфликтов;
- содействие передаче опыта применения восстановительного подхода к разрешению конфликтных ситуаций в педагогическом коллективе и среди родителей учащихся.
- Рис. 1. Структура деятельности школьной службы примирения



Функции школьной службы примирения:

- восстановительная — состоит в восстановлении взаимоотношений между участниками школьного конфликта и нормализации отношений в сообществе;
- образовательная — предполагает оказание помощи в установлении контакта между учащимися и педагогами, что способствует восстановлению уважительного отношения к образовательному процессу в целом, а также обучение участников примирению и практическим навыкам разрешения конфликтных ситуаций, налаживания контакта, снижения эмоционального накала и т. д.;

3. воспитательная — служба медиации в школе позволяет научить взаимодействующие стороны строить коммуникацию, понимать себя и других, контролировать свое эмоциональное состояние, принимать ответственность за исправление ситуации, планировать свое будущее и т. д.;
4. профилактическая — подразумевает предотвращение повторных появлений конфликтных ситуаций среди участников образовательных отношений.

Состав школьной службы примирения

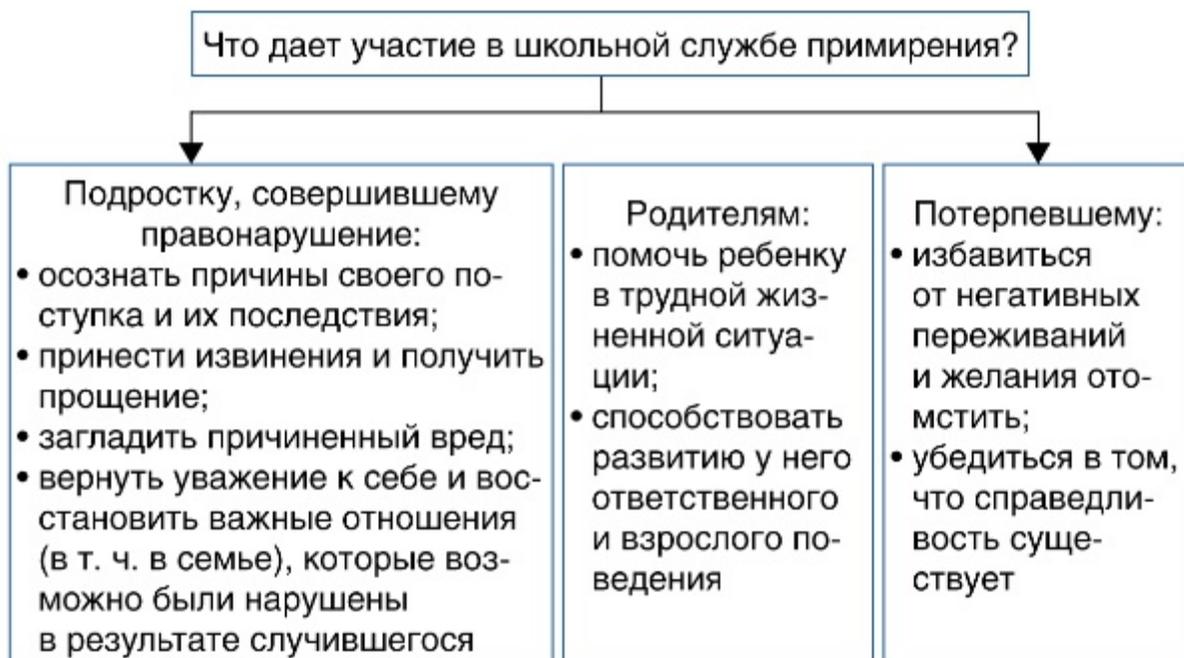
Школьная служба примирения состоит, как правило, из команды медиаторов, в которую входят:

- куратор (обычно это заместитель директора по учебно-воспитательной работе, социальный педагог, педагог-психолог или учитель) — в его обязанности входит организация работы службы медиации в школе и ее обеспечение информацией о школьных конфликтах и криминальных ситуациях. Куратор всегда должен иметь доступ к информации о происходящих в образовательной организации конфликтах;
- медиаторы-специалисты, выбранные из числа педагогических работников образовательной организации, — они непосредственно принимают участие в процедуре медиации в школе, обеспечивают теоретическую и практическую подготовку учащихся, развивают службу примирения, участвуют в супервизиях и поддержке других специалистов;
- учащиеся 8-11-х классов (до 10 человек) — в их задачи входит проведение примирительных программ по конфликтным ситуациям между детьми, а также встреч вместе с взрослыми медиаторами.

Все участники организации, включая кураторов, в обязательном порядке проходят обучение в качестве медиаторов.

Что дает участие в службе примирения — показано на рис. 2.

Рис. 2. Значимость участия в школьной службе примирения



Психолого-педагогические условия реализации основной образовательной программы

В рамках проекта «Региональная система психолого-педагогического обеспечения ФГОС ОО» лабораторией обеспечения реализации ФГОС ОО ООУ ВО ДПО «Вологодский институт развития образования», в 2011–2013 гг. на основе мониторинга [деятельности специалистов службы сопровождения](#), анализа планов и программ работы специалистов в рамках аттестационных мероприятий, а также в рамках деятельности рабочей группы педагогов-психологов была проанализирована сложившаяся практика проектирования психолого-педагогических условий реализации ООП ОО, разработаны рекомендации по конкретизации содержания данной группы условий, модели организации психолого-педагогического [сопровождения образовательного процесса](#).

В условиях введения федеральных государственных образовательных стандартов основного образования (далее – ФГОС ОО), определяющих требования к психолого-педагогическим [условиям реализации](#) основной образовательной программы основного образования (далее – ООП ОО), законодательно закрепленной обязательности оказания психологической помощи учащимся, особую актуальность приобретает проблема организации эффективного психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса.

В соответствии с требованиями ФГОС ОО психолого-педагогические условия реализации основной образовательной программы ОО должны быть описаны в организационном разделе ООП и обеспечены в каждой образовательной организации (далее – ОО). И здесь, как показывает практика, руководство школы может столкнуться с определенными трудностями в проектировании и реализации данной группы условий (если, конечно, не подходит к этому формально, ограничиваясь простым копированием соответствующего текста из примерной ООП, часто работая в условиях дефицита специалистов сопровождения).

Эти трудности могут быть связаны как с конкретизацией содержания психолого-педагогических условий реализации основной образовательной программы, их представления в тексте ООП, так и с интеграцией необходимых ресурсов для их реализации.

Рассмотрим подробнее.

Описание психолого-педагогических условий реализации основной образовательной программы ОО

С одной стороны, ФГОС ОО предъявляет требования к психологопедагогическим условиям реализации основной образовательной программы (закрепляет их обязательность), с другой стороны, в тексте ФГОС ОО скорее определяется функциональное назначение данной группы условий («должны обеспечить...»), нежели раскрывается их содержание. Примерная основная образовательная программа под редакцией А.М. Кондакова* (единственный рекомендованный источник для написания ООП) фактически повторяет текст ФГОС ОО, заменяя частично текстовую информацию на графическое ее представление.

Ни в одном нормативном документе нет четкого определения психолого-педагогического сопровождения, отсутствует конкретизация данной группы условий, что существенно затрудняет последовательное и содержательное раскрытие данного раздела ООП для конкретной образовательной организации.

Анализ ООП образовательных организаций Вологодской области (всего было проанализировано 17 ООП, размещенных на сайтах) позволил выявить два варианта описания психолого-педагогических условий реализации основной образовательной программы ОО, получивших наибольшее распространение:

- 1) раскрытие каждой позиции ФГОС ОО, касающейся психолого-педагогических условий сопровождения;
- 2) раскрытие содержания психолого-педагогического сопровождения по этапам (например, 5–7-е классы, 8–9-е классы).

Среди наиболее распространенных ошибок в конкретизации содержания основных позиций ФГОС ОО в части психолого-педагогических условий следует отметить следующие:

- формальный характер описания, который сводится к простому переписыванию текста соответствующего пункта ФГОС НОО (п. 28), ФГОС ООО (п. 25) или текста из примерной ООП;
- отсутствие описания особенностей психолого-педагогического обеспечения в конкретной ОО;
- фиксация факта наличия службы сопровождения без конкретизации содержания ее деятельности;

- краткое раскрытие содержания традиционных направлений психолого-педагогического сопровождения (при этом, отсутствует экспертиза как обязательное направление);
- подмена описания условий планом работы специалистов с указанием мероприятий и сроков их реализации;
- включение в организационный раздел ООП информации, дублирующей содержание других разделов программы (например, описываются особенности подросткового возраста, реализуемые образовательные технологии и т. п.).

Для конкретизации содержания данного раздела можно воспользоваться разработанной нами таблицей.

Психолого-педагогические условия реализации основной образовательной программы ОО

№	Требования ФГОС ОО к обеспечению психолого- педагогических условий реализации ООП	Обеспечение психолого- педагогических условий в ОО (что должно быть отражено в программе)
1	2	3
1	Психолого-педагогические условия реализации основной образовательной программы основного общего образования	<ul style="list-style-type: none"> • Фиксируется наличие Службы / специалиста/ иных кадровых и организацион- ных ресурсов, включая сетевое взаимо- действие • Определяется цель психолого- педагогиче- ского сопровождения

2	<ul style="list-style-type: none">• Преемственность содержания и форм организации образовательного процесса по отношению к начальной (основной) ступени общего образования.• Учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся	<ul style="list-style-type: none">• Наличие программы преемственности между дошкольным, начальным и основным уровнями образования и отдельных программ, включая программу подготовки детей к обучению в школе, программу адаптации к системному обучению и переходу в среднее звено.• Психолого-педагогическое сопровождение детей в период подготовки к школе.• Организация мониторинга здоровья обучающихся.• Отражение разнообразных форм работы со всеми участниками образовательного процесса (учениками, родителями, педагогами), включая адаптационные тренинги, тематические родительские собрания, консультации, консилиумы.
---	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<ul style="list-style-type: none">• Планирование психолого-педагогической работы в соответствии с актуальными возрастными задачами и индивидуальными особенностями обучающихся
3	Формирование и развитие психолого-педагогической компетентности обучающихся, педагогических и административных работников, родителей (законных представителей) обучающихся	<ul style="list-style-type: none">• Консультирование и просвещение обучающихся, педагогических и административных работников, родителей.• Участие специалистов сопровождения в общешкольных программах по развитию психолого-педагогической компетентности субъектов образовательного процесса.

		<ul style="list-style-type: none"> • Отражение разнообразных форм психолого-педагогического просвещения
4	<ul style="list-style-type: none"> • вариативность направлений психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психического здоровья обучающихся; • формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; • развитие экологической культуры; • дифференциация и индивидуализация обучения; • мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей, учащихся с особыми образовательными потребностями; • психолого-педагогическая поддержка участников олимпийского движения; обеспечение осознанного и ответственного выбора дальнейшей 	<ul style="list-style-type: none"> • Описание модели психолого-педагогической службы / сопровождения специалистами. • Раскрытие специфики реализации каждого направления психолого-педагогического сопровождения
	<p>профессиональной сферы деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> • формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников; поддержка детских объединений, ученического самоуправления) 	
5	<p>Диверсификация уровней психологопедагогического сопровождения (индивидуальный, групповой, уровень класса, уровень организации)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Наличие психолого-педагогического консилиума как основы взаимодействия специалистов сопровождения. • Осуществление сопровождения комплексно-целевых программ ОО

6	Вариативность форм психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса (профилактика, диагностика, консультирование, коррекционная работа, развивающая работа, просвещение, экспертиза)	Фиксация нормативно-правовых оснований деятельности специалистов сопровождения (локальные документы ОО, являющиеся основанием для организации деятельности по психолого-педагогическому обеспечению).
---	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

1	2	3
		<ul style="list-style-type: none"> • Фиксация наличия планов работы специалистов (педагога-психолога, педагога-логопеда и др.). • Описание модели психологического сопровождения личностного развития обучающихся.

		<ul style="list-style-type: none"> • Фиксация результатов, подтверждающих психологически благоприятную образовательную среду в ОО
--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Интеграция и концентрация ресурсов для реализации психолого-педагогических условий реализации основной образовательной программы ОО

С введением ФГОС ООО, с одной стороны, необходимость в психолого-педагогическом сопровождении образовательного процесса становится очевидной, с другой стороны – оптимизация образования, реализуемая в последние годы, привела к существенному сокращению числа специалистов психолого-педагогического сопровождения, включая педагогов-психологов.

«Психолого-педагогическое сопровождение»

В условиях реализации ФГОС ОО организация деятельности педагога-психолога (психолого-педагогической службы) может осуществляться на основе разных моделей, которые выбирает образовательная организация совместно с муниципальными органами образования исходя из имеющихся возможностей и условий: модель со штатным специалистом ОО (рис. 1) и модель сетевого взаимодействия (рис. 2).



Рис. 1. Модель обеспечения психолого-педагогических условий в ОО при наличии штатного педагога-психолога



Рис. 2. Модель обеспечения психолого-педагогических условий в ОО – сетевое взаимодействие

В условиях перехода ОО на новую систему финансирования психолого-педагогическое сопровождение учащихся в соответствии с требованиями ФГОС ОО может быть обеспечено как в рамках штатного расписания ОО (в рамках нормативного финансирования), так и в условиях аутсорсинга со стороны ПМССцентров (ч. 4 ст. 42 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»), педагогов-психологов базовых школ, иных учреждений.

Таким образом, эффективное решение выявленных затруднений будет содействовать более полной условий реализации ООП основного общего образования в решении задач ФГОС ОО.

Конфликты в школе: повышение стрессоустойчивости учащихся старших классов

Современная жизнь, дефицит времени, [задачи, которые ставятся перед учащимися](#) старших классов, а также огромный поток информации могут приводить к отрицательным эмоциям и как следствие к [конфликту с учителем](#), одноклассниками или родителями. Всё это часто приводит к возникновению серьёзных заболеваний у детей.

У старшекласников сюда добавляется несформированность в психическом плане и повышенная возбудимость, резкая перемена настроения, а также то что у них [нет навыков саморегуляции](#). Всё это порождает конфликты в школе, а возникающие как следствие стрессы становятся причиной расстройств, сильных эмоциональных переживаний и попыток суицида.

Диагностика стрессов после конфликтов детей в школе

Для того, чтобы изучить стресс после конфликтных ситуаций у старшекласников к 2012-2013 г. среди учащихся 7-8 классов школы в г. Тула провели исследование. В эксперименте приняли участие 34 мальчика и 28 девочек. Итог диагностики был следующий:

- Методика Т.А. Иванченко, а в частности тест “Инвентаризации симптомов стресса” показал что подвержены стрессу 48% опрошенных, к чему часто приводит конфликт с учителем, при этом 35% вполне справляются со стрессовыми ситуациями, оставшиеся 12% живут в постоянном стрессе (зависят от чужих оценок, мнений).
- Методика установки “Шкалы психологического стресса РБМ-25” показала что в общем случае больше чем у 50% опрашиваемых достаточно низкий уровень стресса, что не может быть опасным, хотя конфликты в школе случаются довольно часто.
- Методика Ханина-Спилберга в рамках “Исследования тревожности” продемонстрировала у 85% испытуемых вполне умеренный уровень тревожности в экстремальных и конфликтных ситуациях. При этом личная тревожность проявлялась у половины класса.

Общий результат:

- 38% подростков подвержены низкому уровню психического напряжения и стрессам. При конфликтах детей в школе 25% учащихся входят в состояние сильного стресса. И хотя в этом не может быть сильной угрозы для организма, таких учеников следует научить следить за собственными эмоциями, чтобы весь скопившийся негатив не повлиял пагубно на здоровье.
- У 28% учащихся - уровень психического напряжения зашкаливает и есть возможность возникновения дистресса. Их необходимо обучить высвобождать негатив, например, сразу после конфликта с учителем.
- 9% - дети чья психика практически не подвержена стрессам. Они стараются не переживать отрицательные эмоции, а потому не подвержены воздействиям стрессов. Их учёба проходит размеренно и спокойно.
- 72% детей отвечая на “тест самооценки тревоги” - личный уровень подверженности стрессу оценили как средний.

Конфликты в школе и другие причины, вызывающие стресс у подростков

Главной особенностью появления стресса у учащихся подросткового возраста является тот факт, что они остро реагируют на поведенческие ситуации и эмоционально переживают происходящее.

Признаки того, что старшеклассник испытывает стресс:

- Поведенческие - резкая неуспеваемость при прежде отличной успеваемости, жестокость по отношению к людям, постоянные конфликты с учителями, побеги из дома, вандализм, вспышки ярости и беспричинная ложь, а также мечтательность и употребление запрещённых препаратов.
- Физические - частые травмы на спортивных занятиях, бессонница, усталость и постоянное безразличие к учёбе, недержание мочи, нервные расстройства (подёргивание век, автоматическое подмигивание).

Содержание программы повышения стрессоустойчивости и предупреждения конфликтов детей в школе

После получения результатов диагностики педагоги-психологи составляют программу “Повышение устойчивости к стрессам для старшеклассников”. Основная цель программы: профилактика стрессовых состояний у учащихся старших классов.

Задачи:

- Сократить эффект стресса, особенно после конфликта с учителем.
- Понизить общий уровень нервно-психического напряжения.
- Устранить у детей тревогу.
- Помочь им научиться самостоятельно справляться со стрессами.

Типичная программа состояла из 15 занятий по 60-90 мин. на каждое, с периодичностью проведения один раз в неделю. На занятия приходило не более 15 учеников. Лекции проводились в выходные или в последний учебный день после уроков, большинству подростков это помогало снять напряжение после очередного конфликта в школе.

Структура одной лекции:

1. Вступительная часть - создание рабочей атмосферы, упражнения для активизации бодрости и внимания участников, повышение единства занимающихся.
2. Главная часть - упражнения в игровой форме, а также обсуждения поднятых тем, что помогает быстрее усвоить тему.
3. Рефлексия - обмен эмоциями, мнениями, чувствами. Упражнения по повышению устойчивости к стрессу после серьёзных конфликтов детей в школе.

Упражнения по повышению устойчивости к стрессу после серьёзных конфликтов детей в школе

№	Тема занятия	Содержание	
		Упражнения/ игры/задания	Рефлексия
1	2	3	4
1	«Наше настроение». Цель: создание благоприятного психологического настроя	<ul style="list-style-type: none"> «Подарок»; «Водопад»; «Имена» 	<ul style="list-style-type: none"> Какие чувства вы испытывали? Приятно ли было дарить друг другу подарки, говорить комплименты?
2	«Эмоциональное напряжение». Цель: формирование умения снимать эмоциональное напряжение	<ul style="list-style-type: none"> «Корабль и ветер»; «Маяк»; «Сказочный лес»; «Воздушный шарик» 	<ul style="list-style-type: none"> Что понравилось, а что нет? Какие чувства испытывали?
3	«Причины стресса». Цели: анализ причин возникновения стресса, релаксация	<ul style="list-style-type: none"> «Земляничная поляна»; «Храм тишины»; «Ианцующие руки»; рисунок «Почему дети боятся идти в школу?» 	Обсуждение рисунков, обмен чувствами
4	«Доверие». Цель: развитие доверия друг к другу	<ul style="list-style-type: none"> «Поздороваемся»; «Поменяйтесь местами»; «Штанга»; «Скалолаз»; «Насос и мяч» 	<ul style="list-style-type: none"> Что понравилось на занятии? Что было трудно выполнять? Чувствовалось ли расслабление?
5	«Учимся расслабляться». Цели: снятие эмоционального напряжения, расслабление мышц рук, спины	<ul style="list-style-type: none"> «Прекрасный сад»; «Маяк»; «Корабль и ветер»; «Шалтай-Болтай» 	Обсуждение результатов занятия, обмен чувствами («Мне понравилось, как ты сегодня...»)
6	«Я – личность». Цели: повышение чувства собственной значимости, обучение навыкам релаксации	<ul style="list-style-type: none"> «Поздороваемся»; «Дружба начинается с улыбки»; «Имена»; «Волшебный стул» 	Обсуждение результатов занятия, обмен чувствами («Мне понравилось, как ты сегодня...»)
7	«Отношение к себе». Цель: развитие позитивного отношения к себе	<ul style="list-style-type: none"> «Комплименты»; «Подарок»; «Список слов»; «Горячий стул» 	<ul style="list-style-type: none"> Что понравилось на сегодняшнем занятии? Что нового о себе узнал?

1	2	3	4
8	«Мышечное напряжение». Цель: формирование умения снимать мышечное напряжение	<ul style="list-style-type: none"> • «Дудочка»; • «Цветочная поляна»; • «Слепой танец»; • «Слепой поводырь»; • «Падение» 	<ul style="list-style-type: none"> • Что вы чувствовали, когда шли с завязанными глазами? • Доверяли ли партнеру? • Страшно ли было падать? Почему?
9	«Мышечные зажимы». Цели: освобождение от скованности, снятие напряжения	<ul style="list-style-type: none"> • «Приветствие»; • «Подарок под елкой»; • «Сосулька»; • «Гусеница»; • «Шарик»; • «Любопытная Варвара» 	Обсуждение результатов занятия, обмен чувствами («Мне понравилось, как ты сегодня...»)
10	«Учимся снимать напряжение и зажимы». Цель: формирование умения снимать эмоциональное напряжение и мышечные зажимы	<ul style="list-style-type: none"> • «Гимнастика Гермеса»; • «Зажим»; • «Кирпич»; • «Новое место» 	<ul style="list-style-type: none"> • Почувствовали ли вы расслабление? • Трудно ли было выполнять упражнения? Какие? Почему? • Как вы думаете, можно ли выполнять эти упражнения самостоятельно? • Чем они могут быть полезны? В каких ситуациях?
11	«Релаксация». Цели: мотивирование к использованию релаксации; эмоциональная и мышечная релаксация	<ul style="list-style-type: none"> • «Розовый куст»; • «Дружба начинается с улыбки»; • «Тревожная скульптура»; • «Устойчивость нервной системы» 	Обсуждение результатов занятия, обмен чувствами («Мне понравилось, как ты сегодня...»)
12	«Люди вокруг меня». Цель: закрепление положительного отношения к себе и друг к другу	<ul style="list-style-type: none"> • «Гнездышко»; • «Паровозик»; • «Иголочка и ниточка»; • «Колечко»; • «Лодка»; • «Щенок отряхивается» 	<ul style="list-style-type: none"> • Что сегодня понравилось, а что нет? Почему? • Нужно ли выполнять такие упражнения, когда испытываете напряжение? Для чего?
13	«Учимся решать проблемы и преодолевать трудности». Цели: улучшение настроения, повышение стрессоустойчивости	<ul style="list-style-type: none"> • «Любишь ли ты своего соседа?»; • «Дракон-самоед»; • «Рама»; • «Проблема»; • «Могло быть хуже»; • «Порхание бабочки» 	<ul style="list-style-type: none"> • Что для вас было сложно, а что нет? • Что нового узнали друг о друге? • Почувствовали ли вы сплочение? • Удалось ли расслабиться, освободиться от некоторых проблем?

14	«Учимся саморегуляции». Цель: формирование навыков саморегуляции	<ul style="list-style-type: none"> • «Крокодил»; • «Карандаши»; • «Деревья качаются»; • «Цветок»; • «Необычная радуга»; • «Настроение» 	<ul style="list-style-type: none"> • Как изменилось настроение в отличие от начала занятия? • Улучшилось ли оно? • Удалось ли успокоиться и избавиться от негативных эмоций?
----	---------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

1	2	3	4
15	«Отрицательные эмоции». Цель: формирование навыков отрефлексирования отрицательных эмоций	<ul style="list-style-type: none"> • «Комплименты»; • «Подарок»; • «Настроение»; • «Эмоциональная гимнастика»; • «Внутренний луч»; • «Путешествие»; • «Закончи предложение» 	<ul style="list-style-type: none"> • Каковы впечатления от занятия? • Изменилось ли настроение в ходе занятия? • Смогли ли расслабиться? • Полезны ли подобные упражнения? • Можно ли их делать самостоятельно для снятия эмоционального напряжения?

Несколько примеров игр и упражнений, которые используются в типичной программе:

- “Маяк” - в этом упражнении под руководством педагога-психолога дети должны представить себя маяком, а затем проанализировать своё состояние во время упражнения и рассказать какие мысли им приходили в голову. Важно чтобы во время выполнения упражнения не возникало конфликтов с учителем, наоборот ощущался тёплый дружеский посыл педагога.
- “Сказочный лес” - упражнение помогающее школьнику достичь состояния безмятежности и спокойствия. Для этого преподаватель предлагает ребятам сесть, выпрямив позвоночник и сделать 3 глубоких вдоха-выдоха. Далее ученик представляет, как он прогуливается по сказочному лесу и испытывает лёгкость.
- “Танцующие руки” - игра помогающая устранить стрессовый эффект после конфликта в школе. Детям предлагают взять в руки цветные мелки и лечь спиной на обои расположенные на полу. Затем включается музыка и в таком положении, дети рисуют в ритм музыке.