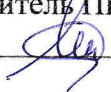


муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
города Новосибирска "Средняя общеобразовательная школа № 222"

РАССМОТРЕНО

на заседании психолого-педагогической  
службы № 1 от 26.08.2025

Руководитель ИПС Гетман Н.В.



УТВЕРЖДЕНО  
Директор МАОУ СОШ № 222

 /Яковлев Д.Т./



**Психолого-педагогическая программа**  
**Профилактика возникновения травли и**  
**нарушение безопасности в среде обучающихся**  
**«Территория безопасности: школа без насилия»**

Ответственный за реализацию программы: педагог-психолог

Класс: 1-11

Сопровождение оказывают классные руководители, социальный педагог

Трудоёмкость программы:

1. Классный час (с включением тем по формированию жизнеспособности и отказ от идей терроризма и экстремизма) 1 раз в неделю
2. Профилактические беседы с обучающимися (индивидуальные) 1 раз в неделю (по запросу)
3. Родительские лектории (с включением тем по формированию жизнеспособности и отказ от идей терроризма и экстремизма) 1 раз в четверть- онлайн формат
4. Профилактические беседы с родителями (индивидуальные) 1 раз в четверть
5. Психологические уроки «Психология общения» (с включением тем по формированию жизнеспособности и отказ от идей терроризма и экстремизма) 1 раз в неделю

Новосибирск 2025-2026 учебный год

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
города Новосибирска "Средняя общеобразовательная школа № 222"

РАССМОТРЕНО  
на заседании психолого-педагогической  
службы №\_\_\_ от \_\_\_\_\_  
Руководитель ППС Гетман Н.В.  
\_\_\_\_\_

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МАОУ СОШ № 222  
\_\_\_\_\_/Яковлев Д.Т./

Психолого-педагогическая программа  
Профилактика возникновения травли и  
нарушение безопасности в среде обучающихся  
«Территория безопасности: школа без насилия»

Ответственный за реализацию программы: педагог-психолог

Класс: 1-11

Сопровождение оказывают классные руководители, социальный педагог

Трудоёмкость программы:

1. Классный час (с включением тем по формированию жизнеспособности и отказ от идей терроризма и экстремизма) 1 раз в неделю
2. Профилактические беседы с обучающимися (индивидуальные) 1 раз в неделю (по запросу)
3. Родительские лектории (с включением тем по формированию жизнеспособности и отказ от идей терроризма и экстремизма) 1 раз в четверть- онлайн формат
4. Профилактические беседы с родителями (индивидуальные) 1 раз в четверть
5. Психологические уроки «Психология общения» (с включением тем по формированию жизнеспособности и отказ от идей терроризма и экстремизма) 1 раз в неделю

Новосибирск 2025-2026 учебный год

Пояснительная записка к программе  
«Территория безопасности: школа без насилия»

**Актуальность программы** Проблема буллинга (травли) в современной школе остается одной из самых острых. Согласно исследованиям, с агрессией со стороны сверстников сталкивается значительная часть обучающихся. Травля — это не просто ссора или конфликт, а систематическое целенаправленное насилие, которое наносит непоправимый вред психике как жертвы, так и агрессора, а также травмирует наблюдателей.

В условиях цифровизации общества проблема усугубляется кибербуллингом, от которого ребенок не может скрыться даже дома. Программа **«Территория безопасности: школа без насилия»** разработана для создания единой системы профилактики во всей образовательной организации (1–11 классы), опираясь на требования ФГОС к личностным результатам обучающихся и воспитательной среде школы.

**Нормативно-правовая база** Программа составлена в соответствии с:

- Федеральным законом № 273-ФЗ «Об образовании в РФ» (ст. 28 об обеспечении безопасности).
- Концепцией развития психологической службы в системе образования РФ.
- Рекомендациями Минпросвещения России по формированию антитеррористической и антибуллинговой среды.

**Цель программы** Формирование устойчивой культуры ненасилия, развитие эмоционального интеллекта участников образовательного процесса и создание механизмов оперативного реагирования на случаи нарушения безопасности.

**Задачи программы**

1. **Информационные:** Дать четкое определение понятий «конфликт», «агрессия», «буллинг»; разъяснить правовые последствия насильственных действий.
2. **Психологические:** Развить эмпатию, навыки ассертивного (уверенного) поведения, умение распознавать манипуляции и управлять гневом.
3. **Социальные:** Активизировать роль «активного свидетеля» (не оставаться равнодушным), сформировать навыки конструктивной коммуникации и медиации.
4. **Превентивные:** Обучить правилам цифровой гигиены для предотвращения кибербуллинга.

**Принципы реализации**

- **Системность:** Работа ведется непрерывно с 1 по 11 класс с усложнением контента.
  - **Конфиденциальность:** Создание безопасного пространства для обсуждения личных проблем.
  - **Нулевая толерантность:** Четкая позиция администрации о недопустимости любого вида травли.
  - **Позитивный подход:** Акцент не на наказании за проступки, а на формировании позитивных ценностей и поддержке уязвимых детей.
- 

Ожидаемые результаты освоения программы

Результаты разделены на три уровня в соответствии с требованиями образовательных стандартов.

### 1. Предметные результаты (Что узнают обучающиеся)

К концу курса обучающиеся будут **знать и понимать**:

- Отличие обычного конфликта (где силы равны) от травли (насилие + неравенство сил + повторяемость).
- Три основные роли в ситуации травли: Агрессор, Жертва, Наблюдатель/Угодник, и психологические причины каждой роли.
- Алгоритм действий при столкновении с насилием («Остановись. Скажи. Уйди. Расскажи»).
- Виды юридической ответственности за побои, клевету, угрозы и доведение до самоубийства (соответствующие статьи КоАП и УК РФ доступным языком).
- Правила цифрового этикета и способы фиксации доказательств кибербуллинга (скриншоты, запись экрана).

### 2. Метапредметные результаты (Чему научатся)

Обучающиеся овладеют следующими универсальными учебными действиями (УУД):

- **Регулятивные:** Навыки саморегуляции в стрессовых ситуациях; умение ставить цель «сохранить спокойствие»; способность оценивать риски вступления в драку или опасную переписку.
- **Познавательные:** Критический анализ информации в сети (умение отличать правду от провокации); поиск нестандартных выходов из конфликтной ситуации.
- **Коммуникативные:** Навыки активного слушания; использование «Я-сообщений» вместо обвинений («Ты-сообщений»); умение

аргументировать свою позицию без перехода на личности; навыки ведения переговоров (медиация).

### 3. Личностные результаты (Как изменится личность ребенка)

- **Ценностно-смысловые установки:** Сформированное неприятие жестокости в любой форме; осознание ценности человеческой жизни и здоровья; уважение к личным границам своим и чужим.
- **Развитие эмпатии:** Способность сопереживать жертве и готовность оказать поддержку (протянуть руку помощи, позвать учителя).
- **Мотивация:** Переход от позиции пассивного наблюдателя к позиции «Активного защитника». Желание участвовать в волонтерской деятельности и работе школьной службы примирения.
- **Самооценка:** Формирование адекватной, стабильной самооценки, которая не зависит от мнения толпы или количества лайков, что является главной прививкой от виктимности (позиции жертвы).

### Индикаторы эффективности (для мониторинга школой)

Для оценки результативности программы администрация и психологическая служба проводят ежегодный мониторинг:

1. **Количественный:** Снижение числа обращений родителей и учеников по фактам травли в журнале регистрации конфликтов минимум на 25-30% ко второму году реализации.
2. **Диагностический:** Повторное проведение анкетирования (например, методики Басса-Дарки или опросника СпБАС). Снижение индексов враждебности и агрессивности в выборке.
3. **Качественный:** Наличие действующей команды школьных медиаторов (из числа старшеклассников), количество проведенных ими примирительных сессий. Повышение индекса психологического комфорта в классах (по данным цветотеста отношений или социометрии).

Программа «Территория безопасности: школа без насилия» объемом 24 часа. Программа разработана с учетом возрастных особенностей обучающихся (1–11 классы) и направлена на формирование безопасной среды, развитие эмпатии и навыков конструктивного реагирования на агрессию.

---

### Паспорт программы

- **Целевая аудитория:** обучающиеся 1–11 классов, педагогический коллектив, родители.
- **Срок реализации:** учебный год (24 академических часа).

- **Цель:** Создание в образовательной организации нетерпимого отношения к любым формам насилия; обучение участников образовательного процесса навыкам безопасного поведения и медиации конфликтов.
- **Формы работы:** Классные часы, тренинги командообразования, деловые игры, проектная деятельность, разбор кейсов.

---

## Модуль 1. Начальная школа (1–4 классы)

**Блок «Учимся дружить и защищать свои границы» (8 часов)** *Задачи:* Развитие эмоционального интеллекта, умения различать игру и насилие, формирование доверия к взрослым.

| № | Тема занятия                                                             | Кол-во часов | Формы работы                                                                  |
|---|--------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Вводное занятие: «Что такое "хорошо" и что такое "плохо" в нашей школе». | 1            | Беседа-рассуждение, просмотр фрагментов мультфильмов о дружбе.                |
| 2 | Границы моего тела и моей души: право сказать «Нет».                     | 1            | Тренинг ассертивности (уверенного поведения), игра «Слепой и поводырь».       |
| 3 | «Вместе весело шагать»: чем отличается шутка от обиды?                   | 1            | Игровая терапия, анализ ситуаций (когда щекотка — это уже не смешно).         |
| 4 | Если тебя обижают: алгоритм действий («Скажи, Уйди, Расскажи»).          | 1            | Ролевой тренинг (разыгрывание сцен обращения за помощью к учителю/охраннику). |
| 5 | Ссора vs Конфликт: как помириться и не потерять друга.                   | 1            | Методика «Ковер мира», техники извинения.                                     |
| 6 | Язык эмоций: учимся понимать чувства других по лицу.                     | 1            | Арт-терапия (рисование эмоций), работа с зеркалом.                            |
| 7 | Проект «Наши правила дружбы» (создание кодекса класса).                  | 1            | Групповая дискуссия, оформление плаката.                                      |
| 8 | Итоговый праздник «Фестиваль доброты».                                   | 1            | Командные игры на сплочение, вручение медалей «Самый отзывчивый».             |

**Итого Блок 1: 8 часов.**

---

**Модуль 2. Средняя школа (5–8 классы)**

**Блок «Стоп-Буллинг: осознанный выбор» (8 часов)** *Задачи:* Психология травли (роли жертвы, агрессора, наблюдателя), профилактика кибербуллинга, навыки посредничества.

| №  | Тема занятия                                                       | Кол-во часов | Формы работы                                                                |
|----|--------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| 9  | Анатомия травли: почему один против всех, а все молчат?            | 1            | Мини-лекция психолога, схема «Треугольник буллинга».                        |
| 10 | Роли в конфликте: Жертва, Агрессор, Спасатель, Наблюдатель.        | 1            | Деловая игра «Королевство кривых зеркал».                                   |
| 11 | Киберагрессия: травля 2.0 (треш-стримы, чаты, фейковые страницы).  | 1            | Кейс-стади (анализ реальных историй из соцсетей), правовая ответственность. |
| 12 | Сила свидетеля: почему нельзя проходить мимо.                      | 1            | Тренинг «Активный свидетель», разработка фраз поддержки для жертвы.         |
| 13 | Управление гневом: куда девать ярость, чтобы никого не покалечить. | 1            | Телесно-ориентированные практики, боксирование груши, дыхательные техники.  |
| 14 | Навыки уверенного отказа (как не поддаться толпе).                 | 1            | Отработка техник «Заезженная пластинка», «Туман».                           |
| 15 | Школьная служба примирения (медиация): стань миротворцем.          | 1            | Обучение процедуре переговоров между сторонами конфликта.                   |
| 16 | Социальный ролик «Мы выбираем уважение».                           | 1            | Сценарная мастерская, съемка короткого видео классом.                       |

**Итого Блок 2: 8 часов.**

---

**Модуль 3. Старшая школа (9–11 классы)**

**Блок «Безопасность личности: психология и закон» (8 часов)** *Задачи:* Правовая грамотность, профилактика экстремизма и опасных групп, построение зрелых отношений.

| №  | Тема занятия                                                                      | Кол-во часов | Формы работы                                                                   |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 17 | Психологическое насилие: газлайтинг, манипуляции, абьюз.                          | 1            | Семинар-дискуссия, распознавание скрытых угроз в общении.                      |
| 18 | Правовой ликбез: ст. 110 УК РФ (Доведение до самоубийства), КоАП, школьный устав. | 1            | Работа с нормативно-правовыми актами, разбор юридических последствий драки.    |
| 19 | Экстремизм и радикализация в сети: как вербуют подростков.                        | 1            | Инструктаж по информационной безопасности, маркеры деструктивных сообществ.    |
| 20 | Безопасность личных границ в отношениях (в т.ч. интимных).                        | 1            | Тренинг ценностей, понятие согласия (концепция «Да — значит да»).              |
| 21 | Конфликты «Ученик – Учитель»: где грань между защитой чести и хамством.           | 1            | Метафорические карты, поиск компромисса в иерархических спорах.                |
| 22 | Стрессоустойчивость перед экзаменами: агрессия как следствие тревоги.             | 1            | Техники саморегуляции при подготовке к ОГЭ/ЕГЭ.                                |
| 23 | Лидерство без насилия: как вести за собой, не унижая других.                      | 1            | Игра «Потерпевшие кораблекрушение», диагностика стилей лидерства.              |
| 24 | Антикризисный план школы: алгоритмы эвакуации и действий при ЧС.                  | 1            | Практическая тренировка, инструктаж по технике безопасности (совместно с ОБЖ). |

**Итого Блок 3: 8 часов.**

---

**Методическое сопровождение и мониторинг**

**Инструментарий диагностики:**

1. **Опросник Басса-Перри (адаптированный)** или методика А. Басса и М. Дарки для оценки уровня агрессивности.
2. **Методика С.В. Кривцовой** «Определение склонности к буллингу».
3. **Социометрия** (Дж. Морено) для выявления изолированных детей и лидеров группировок.

#### **Методы работы:**

- **Метод «Равный равному» (Peer-to-Peer):** привлечение старшеклассников-наставников для проведения профилактических бесед в 5-7 классах.
- **Восстановительные круги:** обсуждение инцидентов травли не через наказание, а через осознание нанесенного вреда и заглаживание вины.

#### **Ожидаемые результаты:**

- Снижение количества зарегистрированных актов агрессии минимум на 30% (по данным школьного журнала).
- Формирование устойчивого мнения у 90% обучающихся, что травля недопустима.
- Наличие действующей команды медиаторов из числа учеников, способных гасить мелкие ссоры на переменах.