

Утвержден  
приказом Министерства  
образования  
Забайкальского края  
№ \_\_\_\_\_ г.

## **Положение О краевой Марафоне профилактики «Поколение будущего»**

### **1. Общие положения**

1.1. Краевой Марафон профилактики «Поколение будущего» (далее – Марафон) проводится по инициативе Министерства образования Забайкальского края.

1.2. Организатор Марафона – Государственное учреждение «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «ДАР» Забайкальского края» (далее – ГУ Центр «ДАР»).

1.3. Марафон включает в себя мероприятия, направленные на профилактику следующих форм деструктивного поведения – аддиктивное поведение, противоправное поведение, суицидальное поведение, буллинг среди обучающихся.

1.4. Марафон включает в себя мероприятия для детей, родителей и учителей.

1.5. Информация о проведении краевой акции и методические материалы будут размещены на интернет сайте Центра «ДАР» (<https://dar.zabedu.ru/>).

### **2. Цели и задачи**

2.1. Цель – профилактика деструктивных форм поведения обучающихся в образовательном пространстве Забайкальского края.

2.2. Задачи:

формирование устойчивой ценностно-ориентированной модели здорового образа жизни;

развитие личностных качеств обучающихся, родителей и педагогов, способствующих формированию законопослушного поведения и устойчивости к антиобщественным влияниям;

организация профилактической работы по предупреждению суицидальных действий среди детей, развитие навыков стрессоустойчивости, сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся;

повышение осведомленности обучающихся, родителей и учителей о проблеме буллинга, формирование навыков конструктивного взаимодействия.

### 3. Структура и порядок проведения Марафона

3.1. Структура и мероприятия Марафона являются обязательными (см. Таблица1). Организация дополнительных мероприятий и образовательных событий в рамках Марафона определяется специалистами МОУО и работниками ОО самостоятельно.

3.2. В Марафоне могут принимать участие учащиеся 1-11 классов образовательных организаций всех типов и видов, родители (законные представители), педагоги.

3.3. В образовательных организациях Марафон проводится в период со 2 марта по 3 апреля 2026 года. Каждая неделя месяца посвящена профилактике одного из видов деструктивного поведения (см. Таблица 1.)

3.4. Мероприятия Марафона проходят в смешанном формате: очном и дистанционном.

3.5. Очные мероприятия Марафона проводятся по материалам, изложенным в Приложениях 1, 2, 3, 4.

3.6. Дистанционные мероприятия доступны по ссылкам с указанием сроков действия ссылок (см. Приложения 1,2,3,4.).

3.4. Образовательным организациям необходимо в срок до 10 апреля 2026 года направить отчет по предлагаемой форме о проведении акции в органы местного самоуправления (Приложение 5.).

3.5. Организаторам акции на местах рекомендуется обеспечить участие в мероприятиях представителей СМИ, детских общественных организаций и объединений.

При публикации мероприятий в рамках Марафона в интернет-пространстве рекомендуется указывать в социальных сетях участников хештеги #ЦентрДАР#Марафонпрофилактики.

3.5 Муниципальным органам управления образованием необходимо заполнить **отчет о проведении акции по ссылкам** за каждую неделю Марафона (см. Таблицу 1. «Мероприятия в рамках Марафона профилактики») в срок до **17 апреля 2026 года**. При заполнении анкеты обратной связи направляются сертификаты участников.

3.6. Организаторам Марафона на местах необходимо обеспечить фотоотчет.

### 4. Подведение итогов Марафона

4.1. Подведение итогов **Марафона** осуществляется в период с 20 по 24 апреля 2026 года.

4.2. Итоги Марафона будут размещены на интернет сайте Центра «ДАР» (<https://dar.zabedu.ru/>)

4.3. Участники мероприятий получают сертификаты участников.

## Мероприятия в рамках Марафона профилактики

№	Период	Направление профилактики	Содержание мероприятия	Ссылка на отчет для ответственного МОУО	Ответственный специалист Центра «ДАР»	Номер для связи
1	2-6. 03.2026 г.	Неделя профилактики аддиктивного поведения	см. Приложение 1	<a href="https://forms.yandex.ru/u/698aa059493639a2444d64b8">https://forms.yandex.ru/u/698aa059493639a2444d64b8</a>	Головкова Дарья Константиновна	+7-924-295-47-88  +7-924-295-47-90
2	9-13. 03.2026 г.	Неделя профилактики противоправного поведения	см. Приложение 2	<a href="https://forms.yandex.ru/u/6996b52b1f1eb5795519828b">https://forms.yandex.ru/u/6996b52b1f1eb5795519828b</a>	Айдашева Билигма Баировна	+7-924-295-47-88  +7-924-295-47-90
3	16-20. 03.2026 г.	Неделя профилактики суицидального поведения	см. Приложение 3	<a href="https://forms.yandex.ru/u/6996b5d949af478c7b4c8101">https://forms.yandex.ru/u/6996b5d949af478c7b4c8101</a>	Аленичева Светлана Владимировна	+7-924-295-47-88  +7-924-295-47-90
4	30.03.- 03. 04.2026 г.	Неделя профилактики буллинга	см. Приложение 4	<a href="https://forms.yandex.ru/u/6996b655068ff063f572a052">https://forms.yandex.ru/u/6996b655068ff063f572a052</a>	Жукова Анна Витальевна	+7-924-295-47-88  +7-924-295-47-90

### Неделя профилактики аддиктивного поведения

**Цель** – формирование устойчивой ценностно-ориентированной модели здорового образа жизни.

**Сроки проведения** – 2 – 6 марта 2026 года.

**Примечание.** Мероприятия не имеют конкретных дат проведения. Предложенные мероприятия организуются и проводятся в срок со 2 по 6 марта 2026 года по усмотрению образовательной организации.

### Мероприятия недели профилактики аддиктивного поведения

№	Название мероприятия	Целевая группа	Описание мероприятия
1	Тест для педагогов «Проблемные зоны школьной жизни»	Педагоги	<p><b>Цель</b> – повышение качества образовательной среды через развитие субъективной позиции педагогов.</p> <p>Мероприятие включает в себя два обязательных этапа:</p> <p>1) Педагогические работники проходят тест. Тест – индивидуальный, дистанционный.</p> <p><u>Ссылка на тест:</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698c3e071f1eb50310198140">https://forms.yandex.ru/u/698c3e071f1eb50310198140</a></p> <p>2) После прохождения теста проводится круглый стол в образовательной организации (далее – ОО) «Доска предложений». ОО необходимо организовать коллективную мыслительную деятельность для перевода выявленных проблем в конкретные, реалистичные и выполнимые задачи с последующим распределением ответственности. Самостоятельно назначить ответственного педагога и организовать работу в рамках ОО.</p> <p>После проведенной работы ответственному лицу мероприятия необходимо заполнить опрос.</p> <p><u>Ссылка на опрос:</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/699692b302848f5cbd6f9442">https://forms.yandex.ru/u/699692b302848f5cbd6f9442</a></p>
2	Тест для родителей «Стиль семейного воспитания»	Родители, законные представители	<p><b>Цель</b> – повышение психолого-педагогической компетентности родителей в области построения детско-родительских отношений – осознание собственного стиля воспитания и освоения навыков эффективной коммуникации.</p> <p>Мероприятие включает в себя два обязательных этапа:</p> <p>1) Родителям предлагается пройти тест. Тест – индивидуальный, дистанционный,</p>

			<p>распространяется классными руководителями.</p> <p><u>Ссылка на тест:</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698c1a0f02848f0fd7385290">https://forms.yandex.ru/u/698c1a0f02848f0fd7385290</a></p> <p>2) Образовательной организацией проводится общешкольное родительское собрание на тему детско-родительских отношений.</p> <p>Примерные темы – «Эффективные способы взаимодействия с ребенком», «Барьеры в общении, что мы на самом деле говорим?», «Наш стиль воспитания влияет на диалог с ребенком?» и т.д.</p> <p>После проведения общешкольного собрания ответственному лицу мероприятия необходимо заполнить опрос.</p> <p><u>Ссылка на опрос:</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/69969fbbd04688059db7e342">https://forms.yandex.ru/u/69969fbbd04688059db7e342</a></p>
3	Акция «День здоровых привычек»	Обучающиеся 1-11 классов	<p><b>Цель</b> – формирование у обучающихся ответственного отношения к своему здоровью как фундаменту успешной жизни.</p> <p>В рамках акции проводится 3 обязательных мероприятия по возрастным группам:</p> <p>1.Для 1-4 классов –«Вырастим сад здоровых привычек» - технологическая карта (Приложение 1.2).</p> <p>2.Для 5-8 классов – «Герой своего выбора: создаем комикс здоровых привычек!» - технологическая карта (Приложение 1.1).</p> <p>После проведения мероприятий ответственному лицу (за организацию и проведение данных мероприятий) необходимо заполнить Яндекс форму.</p> <p><u>Ссылка на Яндекс форму:</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/6996a6e202848f60136f92c8">https://forms.yandex.ru/u/6996a6e202848f60136f92c8</a></p> <p>3.Для 9-11 классов –кинопросмотр с дальнейшим обсуждением фильма и заполнением Яндекс формы (Приложение 1.3).</p> <p>Ссылка на Яндекс форму:  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698c3e071f1eb50310198140">https://forms.yandex.ru/u/698c3e071f1eb50310198140</a></p>

## Приложение 1.1

### **Технологическая карта занятия с обучающимися по профилактике аддиктивного поведения**

**Тема:** «Герой своего выбора: создаём комикс здоровых привычек!»

**Цель:** формирование у подростков осознанной позитивной жизненной стратегии.

**Задачи:**

актуализировать понятия «привычка», «выбор», «последствия»;

создать условия для дифференцирования ресурсных и деструктивных паттернов поведения;

развивать навыки проектирования позитивной альтернативы рискованному поведению через создание комикса;

способствовать развитию критического мышления и навыков рефлексии.

**Форма проведения:** творческая мастерская по созданию социального комикса.

**Время проведения:** 45-60 минут.

**Оборудование и материалы:** компьютер, проектор, шаблоны для комиксов (распечатанные листы А4 с 4-6 пустыми «окнами»-кадрами), маркеры, цветные карандаши, фломастеры, стикеры разных цветов, примеры «ситуаций-вызовов» для сюжетов.

**Адресат:** обучающиеся 5-8 классов.

**Методические указания:** для подростков важно говорить на равных, избегая поучительного тона. Термины «аддикция», «зависимость» могут быть осторожно введены в контексте обсуждения «ловушек» и потери контроля.

**Ключевые слова:** выбор, свобода, последствия, сценарий, ресурс, альтернатива, мой герой.

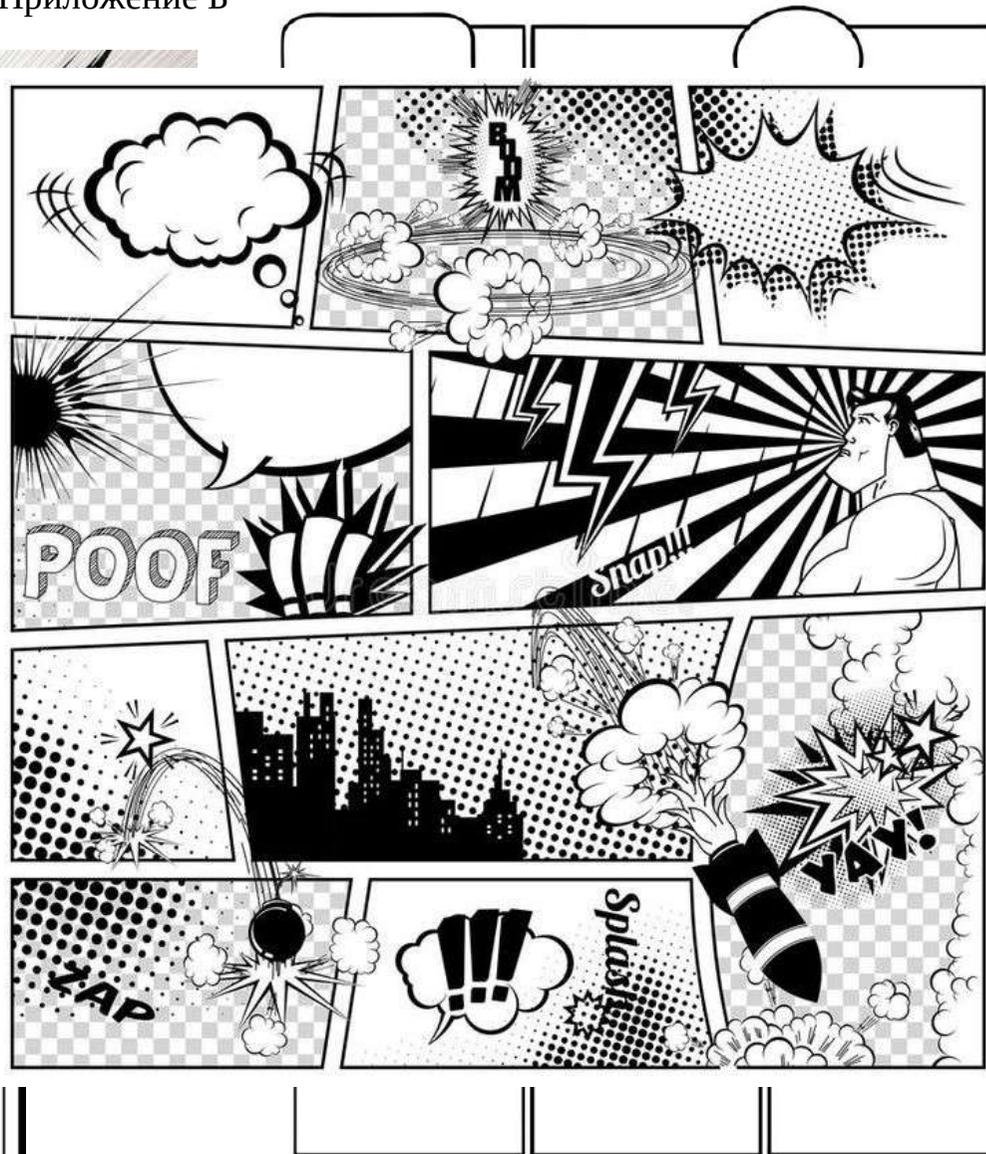
№ п/п	Этап	Деятельность ведущего	Деятельность обучающихся	Результат
1.	Завязка, выявляющая проблему, процесс активного совместного логического размышления над проблемой	<p><b>«От сценария к последствиям»</b> Приветствие. Показ слайда с кадрами из известных комиксов/мультфильмов (Приложение А). <i>«Здравствуйте! Сегодня мы с вами побываем в роли сценаристов и художников. Наша задача — создать не просто комикс, а историю про выбор. Мы все — главные герои своей жизни, и каждый наш день состоит из маленьких и больших решений. Эти решения, повторяясь, становятся сценариями нашей жизни — привычками. Давайте подумаем: Какая привычка за 1 месяц может сделать тебя сильнее? А какая — вывести из игры? Обсудим не на уровне “хорошо-плохо”, а на уровне “к чему это приводит”».</i> Педагог записывает идеи на доске в две колонки: «Выбор-ресурс» (к чему приводит) и «Выбор-ловушка» (к чему приводит).</p>	Слушают, смотрят примеры. Включаются в дискуссию, предлагают примеры привычек и их возможных последствий (не только физических, но и социальных: «больше доверия», «теряю друзей», «успеваю больше», «пропускаю тренировки»).	Включение детей в тему. Включенное обсуждение.
2.	Разработка концепции	<b>«Мозговой штурм: Создаём героя и вызов»</b>	Объединяются в группы, распределяют роли	Формирование навыков командной работы и

		<p>«Теперь в группах (по 3-4 человека) вы создадите комикс. Сначала определитесь: 1. Кто ваш герой? (Можно быть собой, вымышленным персонажем). 2. С каким «вызовом» он сталкивается? (Ситуация, где есть простое, но сомнительное решение и сложное, но полезное). <u>Например:</u> усталость после школы и выбор между агрессивной игрой/соцсетями и прогулкой/хобби. 3. Каких два варианта развития сюжета? (Один кадр — проблема, два разных финала).» Ведущий координирует, помогает сформулировать идеи.</p>	<p>(сценарист, художник, оформитель, спикер). Активно обсуждают героя и ситуацию. Продумывают два альтернативных сценария, исходя из выбора героя.</p>	<p>проектного мышления. Глубокий анализ конкретной жизненной ситуации. Осознание наличия альтернативы даже в сложных обстоятельствах.</p>
3.	Кульминационный момент	<p><b>«Рисуем историю: Одна проблема — два финала»</b> Ведущий предлагает создать комикс по шаблону (Приложение Б) <i>«Приступайте к созданию комикса! Ваша задача — наглядно и убедительно показать в 4-6 кадрах развитие ситуации и последствия каждого выбора. Используйте текст в «пузырях», подписи. Финал №1 — если герой выбрал путь ресурсной привычки.</i></p>	<p>Совместно создают комикс: рисуют, пишут реплики, обсуждают, как лучше передать эмоции и последствия. Визуализируют свои рассуждения из предыдущего этапа</p>	<p>Практическое закрепление темы через творчество. Визуализация абстрактных понятий («последствия», «выбор»).</p>

		<p>Финал №2 — если герой попал в «ловушку». Будьте креативны!».</p> <p>Педагог наблюдает, консультирует, поощряет.</p>		
4.	Презентация, самоанализ	<p><b>«Премьера наших комиксов»</b></p> <p>«Время для премьеры! Каждая команда представляет свой комикс. Расскажите кратко о герое, вызове и покажите, к чему привели разные пути».</p> <p>«После презентации спросим у «зрителей»:</p> <p>-Какой момент был самым убедительным?</p> <p>-С каким героем было легче ассоциировать себя и почему?»</p> <p>Педагог модерировать обсуждение, подчёркивает, что даже маленький выбор имеет значение, и у героя всегда есть шанс изменить сценарий.</p>	<p>Команды презентуют свои работы. Остальные участники внимательно смотрят, задают вопросы, делятся впечатлениями, отмечают удачные находки.</p>	<p>Развитие коммуникативных навыков и уверенности в себе. Рефлексия через анализ творчества других. Усиление эффекта обучения за счет множества смоделированных ситуаций от разных групп.</p>
5.	Развязка, рефлексия	<p><b>«Сценарий на завтра»</b></p> <p>«Ребята, вы сегодня были блестящими аналитиками и творцами. Вы наглядно показали силу сценария. Теперь ключевой вопрос: А какой следующий кадр в комиксе под названием «Моя Жизнь» напишете именно вы? Возьмите стикер (цветной листок).</p>	<p>Участники приклеивают стикеры на общий плакат «Наши сценарии на завтра». Осмысливают личный вывод из занятия. Формулируют свой конкретный шаг.</p>	<p>Перенос обсуждения в личностный план. Формирование конкретного намерения. Создание позитивного группового поддерживающего ресурса (плакат со</p>

		<p><i>Напишите или нарисуйте один маленький, но конкретный шаг — привычку-действие, которое вы готовы сделать своим ресурсом в ближайшие дни. Это ваше «обновление» для главного героя — вас самих».</i></p> <p><b>Завершение:</b> <i>«Помните, сценарий можно переписать в любой момент. Если сложно — вокруг есть соавторы: друзья, родители, психологи, педагоги. Вы — главный герой, и у вас всегда есть выбор. Спасибо за работу!»</i></p>		<p>стикерами). Закрепление чувства ответственности.</p>
--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	---------------------------------------------------------





**Технологическая карта занятия с обучающимися по профилактике  
аддиктивного поведения**

**Тема:** «Вырастим сад здоровых привычек!»

**Цель:** создание условий для развития у младших школьников осознанного положительного отношения к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

познакомить детей с понятием «привычка», выделить полезные и вредные привычки;

создать условия для осознания детьми своих собственных здоровых привычек и их ценности;

мотивировать детей к выбору и закреплению полезных привычек как альтернативы поведению;

развивать навыки сотрудничества и позитивного самовыражения.

**Форма проведения:** тематическая интерактивная акция-занятие.

**Время проведения:** 45 минут.

**Оборудование и материалы:** компьютер, проектор, шаблоны деревьев (контуры на листах А3 или ватмане) – по количеству микрогрупп (4-5 шт.), цветная бумага, клей-карандаши, ножницы, фломастеры, маркеры, наклейки в виде листочков, плодов, цветов, стикеры.

**Адресат:** обучающиеся 1-4 классов.

**Методические указания:** перед занятием ведущий должен подготовить материалы для творческой работы, адаптировать язык общения для младшего школьного возраста, избегая сложных и пугающих терминов («аддикция», «зависимость»). Делается акцент на позитиве – на том, что мы выбираем, что нам нравится и приносит пользу. Важно создать безопасную, поддерживающую атмосферу.

№ п/п	Этап	Деятельность ведущего	Деятельность обучающихся	Результат
1.	Завязка, выявляющая проблему	<p>Приветствие детей. Показ слайда с красивым, цветущим садом или лесом (Приложение А).</p> <p><b>«Что растет в нашем саду?»</b></p> <p><i>«Здравствуйте, ребята! Посмотрите, какой чудесный сад. В нём растут разные деревья. А что нужно дереву, чтобы оно было крепким, здоровым? (Солнце, вода, уход, хорошая почва). Сегодня мы с вами будем садовниками. Но выращивать мы будем не простые деревья, а волшебные – Деревья наших Здоровых Привычек!</i></p> <p><i>Что такое привычка? (Это то, что мы делаем часто, почти не задумываясь). Привычки бывают разными. Давайте вместе подумаем».</i></p>	<p>Дети слушают, рассматривают изображение, отвечают на вопросы ведущего.</p> <p><i>Вопросы педагога:</i></p> <p><i>-Как вы думаете, что такое привычка?</i></p> <p><i>-Какие привычки у вас есть? (Утренние, вечерние).</i></p> <p><i>-Какие привычки помогают нам быть здоровыми и сильными?</i></p> <p><i>-А какие могут помешать? (Обсуждаем на простых, понятных примерах: мытьё рук и облизывание пальца, когда листаешь книгу; зарядка и долгий просмотр мультиков).</i></p>	<p>Включение детей в тему. Включенное обсуждение.</p>
2.	Процесс активного совместного логического	<p><b>«Собираем урожай хороших привычек»</b></p> <p><i>«Сейчас мы будем собирать наш «урожай» – все полезные привычки,</i></p>	<p>Дети активно предлагают примеры хороших привычек.</p> <p><i>Вопросы педагога:</i></p>	<p>Осознание детьми, что у них уже есть много ресурсов (полезных привычек).</p>

	<p>размышления над проблемой</p>	<p>которые уже есть у нас и наших друзей. Давайте назовём их!». Ведущий записывает или фиксирует на доске/флипчарте привычки, которые называют дети, используя позитивный язык и конкретику. Можно использовать интерактивные элементы: встать, если у тебя есть такая привычка; похлопать, если считаешь её полезной. Примеры: чистить зубы, заправлять кровать, мыть руки, делать зарядку, помогать маме, читать книги, гулять с собакой, делиться игрушками, говорить добрые слова, пить воду, есть фрукты, ложиться спать вовремя. Акцент: <i>«Каждая такая привычка – как витаминка для нашего дерева!»</i></p>	<p>-Какая твоя самая любимая полезная привычка? -Кто тебе помог её приобрести? -Как ты себя чувствуешь, когда делаешь это?</p>	<p>Формирование понимания связи между действием (привычкой) и состоянием («чувствую себя хорошо», «помогаю другим», «я сильный»).</p>
3.	<p>Кульминационный момент</p>	<p><b>«Выращиваем свое дерево»</b> Педагог делит детей на небольшие группы (по 4-5 человек). Каждой группе выдаётся шаблон большого дерева (ствол и ветки) (Приложение Б) на ватмане и материалы для творчества. <i>«Ребята, сейчас каждая команда будет выращивать своё Дерево Здоровых Привычек. На его ветках будут расти листочки и плоды. На каждом листочке или плоде напишите</i></p>	<p>Дети в группах обсуждают, какие привычки они хотят разместить на дереве. Совместно приклеивают листья, рисуют, подписывают. Вопросы педагога: -Какую новую привычку вы бы хотели, чтобы появилась на вашем</p>	<p>Практическое закрепление темы через совместное творчество. Создание позитивного группового опыта. Визуализация ресурсов (привычек) делает их более осязаемыми и значимыми. Формируется первичное представление о том, как</p>

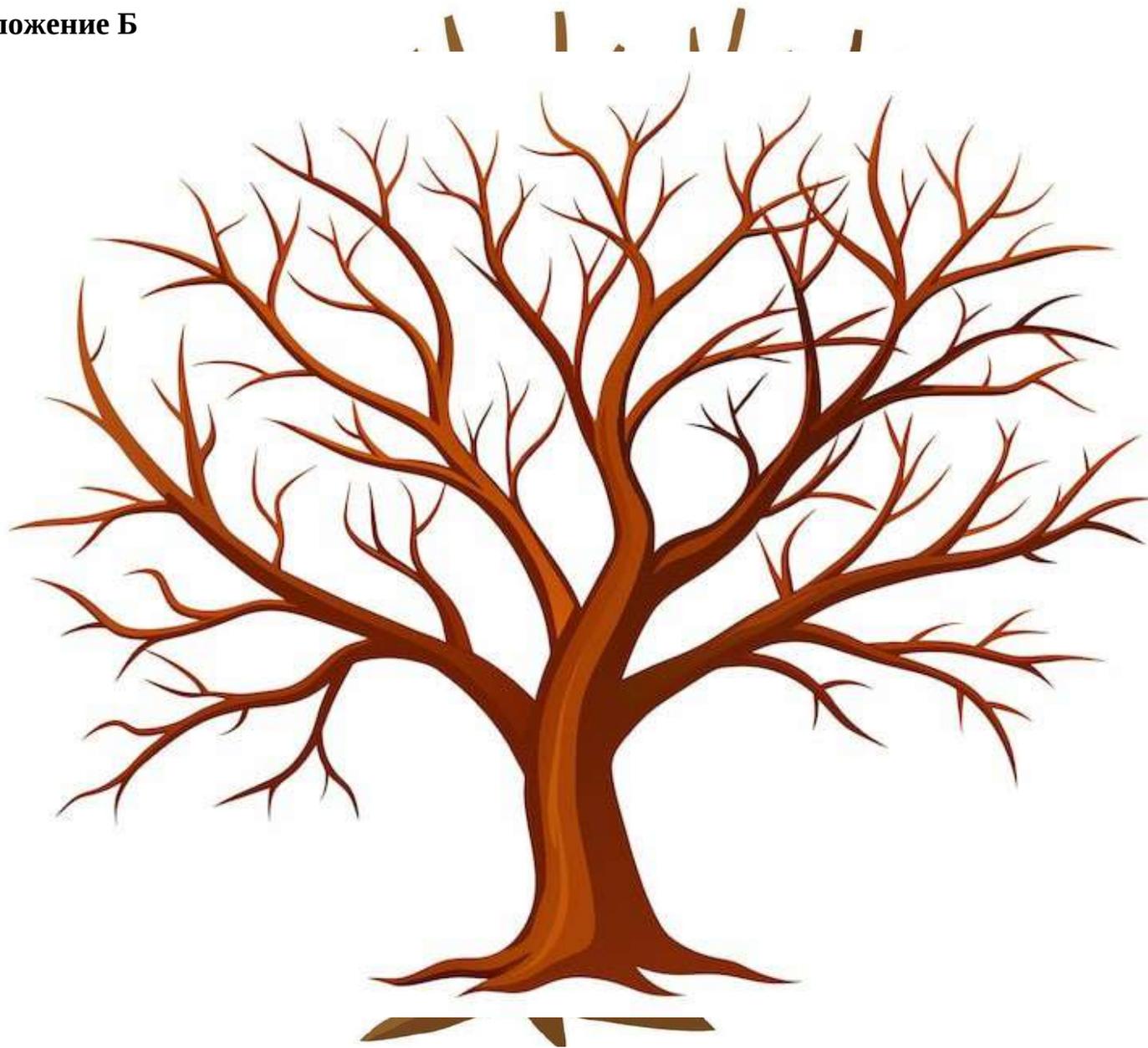
		или нарисуйте одну полезную привычку – вашу или ту, которую вы хотите «вырастить». Пусть ваше дерево станет самым крепким, красивым и плодоносным!». Педагог проходит между группами, помогает, задаёт наводящие вопросы, хвалит.	дереве? -Как вы можете помочь друг другу её вырастить? -Что будет «солнцем» и «водой» для этой привычки? (Поддержка друзей, напоминания, своё желание).	закреплять новые полезные модели поведения.
4.	Презентация, самоанализ	<b>«Наш волшебный сад»</b> После завершения работы педагог предлагает каждой команде кратко (1-2 минуты) представить своё дерево. «Теперь давайте посмотрим, какой чудесный сад у нас получился! Команда, расскажите, какие самые важные привычки живут на вашем дереве? Какая привычка на вашем дереве самая необычная или самая вкусная (если это про фрукты)?». Педагог подчёркивает разнообразие и ценность каждого «дерева».	Дети слушаю, демонстрирую, включаются в диалог с другими группами, могут задавать вопросы или дополнять: «У нас тоже есть такая привычка!».	Развитие коммуникативных навыков. Гордость за совместный результат.
5.	Развязка, рефлексия	<b>«Поливаем наш сад»</b> «Ребята, вы – настоящие волшебники-садовники! Вы вырастили целый сад здоровых привычек. Теперь важно, чтобы этот сад всегда цвёл. Что для этого нужно? (Продолжаем заботиться, добавлять новые хорошие	Дети помогают разместить деревья на стене, доске. <i>Вопросы педагога:</i> 1. С каким настроением вы заканчиваете нашу акцию?	Закрепление положительного эмоционального впечатления от занятия. Перенос метафоры в реальность (деревья остаются в классе как

		<p>привычки, поддерживать друг друга). Давайте договоримся, что эти деревья мы оставим в нашем классе (или на видном месте в школе), чтобы они напоминали нам о наших решениях быть здоровыми и сильными». Педагог раздает детям небольшие заранее заготовленные памятки-листочки (стикеры или карточки) в форме листочка или яблока.</p> <p><i>«Возьмите на память этот листочек. На обратной стороне можно дома дописать или дорисовать свою самую главную полезную привычку. Пусть она вас радует!».</i></p> <p><b><i>«Ребята, если вам вдруг станет грустно, трудно или скучно – всегда можно обратиться к своим привычкам (погулять, почитать, позвать друзей поиграть), попросить о помощи родителей, учителя или школьного психолога. Вы не одни».</i></b></p>	<p>2. Что вам больше всего понравилось делать?</p> <p>3. Какую одну привычку со своего дерева вы точно сделаете сегодня или завтра?</p> <p>4. Если бы наше занятие было цветком или деревом, каким бы оно было? (Ярким, высоким, дружным).</p>	<p>артефакт). Краткая личная рефлексия каждого участника о своих намерениях. Стимулирование осознанного выбора в пользу здорового поведения.</p>
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------





Приложение А  
Приложение Б  
Приложение Б





## Кинопросмотр «Неаниссия»

**Цель** – создание условий для осознания учащимися ценности здоровья через осмысления чужого опыта.

**Продолжительность фильма** – 24 мин. 39 сек.

**Целевая группа** – учащиеся 9-11 классов.

**Этапы проведения кинопросмотра:**

1. Организационный.
2. Мотивационно-целевой.
3. Просмотр фильма.
4. Обсуждение фильма.
5. Заполнение Яндекс-формы.

**Форма организации:** групповая

**Необходимое оборудование:** мультимедиа проектор, доступ в сеть Интернет для заполнения Яндекс-формы.

**Ссылка на фильм:**

<https://rutube.ru/video/8b6e73308b30d365a17b896cd483ce8a/?r=plemwd>

### 1. Организационный этап

Приветствие ведущего. Подготовка к просмотру фильма.

### 2. Мотивационно-целевой

Перед просмотром фильма, ведущего предлагается провести беседу с учащимися, настраивающую на просмотр фильма.

**Ведущий:** *«Сегодня у нас будет не совсем обычный урок. Мы посмотрим фильм. Но прежде чем мы это сделаем, я хочу задать вам один, казалось бы, очень простой вопрос. Скажите, как вы думаете, что общего между профессиональным спортсменом, готовящимся к Олимпиаде, топ-менеджером крупной корпорации и просто человеком, который просыпается утром и чувствует прилив сил и желание жить?»* (Выслушать версии 1-2 учеников. Предположительно скажут про режим, мотивацию и т.д.)

**Ведущий:** *«Интересные мысли. Но главное, что их объединяет, — это понимание ценности ресурса, который у них есть. Энергии. Здоровья. Давайте честно. Мы живем в эпоху, где от нас требуется максимум: успешная сдача ЕГЭ, поступление в вуз, первые серьезные отношения, выбор будущего пути. Это колоссальная нагрузка. И в этой гонке мы часто начинаем экономить на самом главном — на себе. Вместо сна — соцсети. Вместо завтрака — энергетик по пути в школу. Вместо прогулки — бесконечное сидение в телефоне.»*

**Вопрос к вам:** Как вы думаете, можно ли «взять» у своего организма больше, чем он может дать? Или это как кредит в банке — рано или поздно придется платить с процентами?» (Здесь важно дать ученикам возможность кратко высказаться, создавая дискуссию)

**Ведущий:** «Мы привыкли, что о здоровом образе жизни говорят с какой-то скучной, морализаторской интонацией: «надо есть кашу», «надо делать зарядку». Это вызывает только сонливость и желание сделать наоборот. Но ЗОЖ — это не про запреты. Это про свободу.

- Свободу не бояться подняться пешком на 10-й этаж, если сломался лифт.
- Свободу иметь ясную голову, чтобы быстро решать сложные задачи.
- Свободу нравиться себе в зеркале.

Фильм, который мы сегодня посмотрим, называется «Неанисия». Почему такое странное название? После просмотра фильма постараемся ответить на этот вопрос».

*«Неанисия» — это осознанный выбор быть живым, энергичным, включенным в свою жизнь на 100%.*

### **3. Просмотр фильма.**

### **4. Обсуждение фильма.**

После просмотра фильма «Неанисия» учащимся предлагается обсудить фильм. Для этого можно использовать примерные вопросы, представленные в форме <https://forms.yandex.ru/u/698c3e071f1eb50310198140>

- 1) Какие чувства вызвал фильм?
- 2) Какая главная мысль данного фильма?
- 3) Как поменялась жизнь Богдана после 57 дневного общения с "Неанисией"?
- 4) Что, кто помогло Богдану изменить свою жизнь?
- 5) Что поможет сохранить позитивные изменения в дальнейшей жизни?

### **5. Заполнение Яндекс-формы**

Заполнение вышеуказанной Яндекс-формы является обязательным. Данная яндекс-форма, на усмотрение ведущего, заполняется во время занятия, совместно с детьми, или после завершения и подведения итогов мероприятия.

### Неделя профилактики противоправного поведения

**Цель** – развитие личностных качеств обучающихся, родителей и педагогов, способствующих формированию законопослушного поведения и устойчивости к антиобщественным влияниям

**Срок проведения** – со 9 по 13 марта 2026 года.

**Примечание.** Мероприятия не имеют конкретных дат проведения. Предложенные мероприятия организуются и проводятся в срок с 9 по 13 марта 2026 года по усмотрению образовательной организации.

**Таблица. Мероприятия недели профилактики противоправного поведения**

№	Название мероприятия	Целевая группа	Описание мероприятия
1	Опрос «Стиль педагогического воспитания»	Педагоги	<p><b>Цель</b> – определение у педагогов собственного стиле педагогического взаимодействия с обучающимися.</p> <p>Мероприятие включает в себя два этапа:</p> <p>1) Педагогические работники проходят опрос. Опрос – индивидуальный, дистанционный.</p> <p><u>Ссылка на опрос:</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698bf4cbe010db09b590aa32">https://forms.yandex.ru/u/698bf4cbe010db09b590aa32</a></p> <p>2) После прохождения опроса в образовательной организации организуется семинар-практикум на темы «Стили педагогического общения» и заполняется опрос Яндекс-формы:  <a href="https://forms.yandex.ru/u/6996bd581f1eb57aec19825b">https://forms.yandex.ru/u/6996bd581f1eb57aec19825b</a></p> <p>Семинар-практикум организуется самостоятельно.</p>
2	Рефлексивный практикум «Осознанный родитель»	Родители, законные представители	<p><b>Цель</b> – создание условий для самоанализа в контексте детско-родительских отношений – понимание своих эмоций, желаемых результатов, способов решения сложившейся ситуации.</p> <p>Мероприятие включает в себя два этапа:</p> <p>1) Родителям предлагается пройти онлайн-практикум.</p> <p><u>Ссылка на практикум:</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698d6804e010db2d96ac3535">https://forms.yandex.ru/u/698d6804e010db2d96ac3535</a></p> <p>2) Образовательной организацией проводится общешкольное родительское собрание на одну из тем – «Детско-родительские отношения», «Эффективные способы взаимодействия с ребенком», «Психологические и возрастные изменения»,</p>

			«Как поддержать ребенка» и т.д.и заполняется опрос Яндекс-формы: <a href="https://forms.yandex.ru/u/6996d23c1f1eb5804119821c">https://forms.yandex.ru/u/6996d23c1f1eb5804119821c</a>
3	Просмотр короткометражного фильма «Друг в беде не бросит» с рефлексией	Обучающиеся 1-4 классов	<b>Цель</b> – создание условия для получения обучающимися эмоционального и нравственного опыта. Мероприятие включает в себя 1) Проведение для обучающихся 5-8 классов кинопросмотра с дальнейшим обсуждением фильма (см. Приложение 2.1.). 2) Заполнение Яндекс формы <i>Ссылка на Яндекс форму:</i> <a href="https://forms.yandex.ru/u/6998271102848f9be26f92fd">https://forms.yandex.ru/u/6998271102848f9be26f92fd</a>
4	Просмотр короткометражного фильм «Крылья» с рефлексией	Обучающиеся 5-8 классов	<b>Цель</b> – развитие волевых качеств личности, личной ответственности. Мероприятие включает в себя: 1) Проведение для обучающихся 5-8 классов кинопросмотра с дальнейшим обсуждением фильма (см. Приложение 2.2.). 2) Заполнение Яндекс формы <i>Ссылка на Яндекс форму:</i> <a href="https://forms.yandex.ru/u/6996c0211f1eb57b70198106">https://forms.yandex.ru/u/6996c0211f1eb57b70198106</a>
5	Просмотр короткометражного фильма «Утраченное полотно» с рефлексией	Обучающиеся 9-11 классов	<b>Цель</b> – формирование понимания необходимости осознанности для жизни среди людей, важности своих поступков и их последствий. 1) Проведение для обучающихся 5-8 классов кинопросмотра с дальнейшим обсуждением фильма (см. Приложение 2.3.). 2) Заполнение Яндекс формы. <i>Ссылка на Яндекс форму:</i> <a href="https://forms.yandex.ru/u/6996cd2490290245392036e1">https://forms.yandex.ru/u/6996cd2490290245392036e1</a>

### **Кинопросмотр «Друг в беде не бросит»**

**Цель** – создание условия для получения обучающимися эмоционального и нравственного опыта.

**Продолжительность фильма** – 16 мин. 24 сек.

**Целевая группа** – обучающиеся 1-4 классов

**Этапы проведения кинопросмотра:**

1. Организационный.
2. Мотивационно-целевой.
3. Просмотр фильма.
4. Обсуждение фильма.
5. Заполнение Яндекс-формы.

**Форма организации:** групповая

**Необходимое оборудование:** мультимедиа проектор, доступ в сеть Интернет для заполнения Яндекс-формы.

**Ссылка на фильм:**

<https://rutube.ru/video/e4bd44139bddcc34be8dd1a6cc2b79e8/?r=plwd>

#### **3. Организационный этап**

Приветствие ведущего. Подготовка к просмотру фильма.

#### **4. Мотивационно-целевой**

Перед просмотром фильма, ведущего предлагается провести беседу с учащимися, настраивающую на просмотр фильма.

**Ведущий.** «На нашей планете живут большое количество людей и все они разные: по характеру, по внешности, по отношению к жизни. Каждый день человек совершает множество разных поступков, хороших и плохих.»

**Вопросы к классу:**

- 1) Что такое поступок?
- 2) Давайте вместе подумаем, а какие поступки хорошие, а какие плохие?
- 3) Кто из вас совершал хорошие поступки? А кто совершал плохие поступки?
- 4) Какое чувство вы испытывали после совершения плохих поступков? (Возможные ответы детей – чувство стыда, вины).
- 5) Кто несёт ответственность за свои поступки?

Ведущему важно отметить, что ответственность за поступки несет человек, который их совершает.

**Ведущий.** «Сегодня мы с вами будем смотреть короткометражный фильм, который называется «Друг в беде не бросит». Во время просмотра определите главную мысль и тему фильма. Подумайте для чего был создан этот фильм и почему фильм назвали «Друг в беде не бросит»?»

#### **3. Просмотр фильма.**

#### **4. Обсуждение фильма.**

После просмотра фильма «Друг в беде не бросит» детям предлагается обсудить фильм. Для этого можно использовать примерные вопросы, представленные в форме (ссылка)

- 1) Какие темы фильма подняты в фильме? (хорошие и плохие поступки, дружба, помощь ближнему, исправление ситуаций).
- 2) Какие чувства вызвал фильм?
- 3) Как зовут главную героиню?
- 4) Какие качества характера мы видим у главной героини? (В ходе обсуждения важно определить не только отрицательные, но и положительные качества героини)
- 5) Как решилась сложившаяся ситуация?
- 6) Какое условие было у ребят, которые помогли главной героине?
- 7) Как вы думаете, почему ребята помогли главной героине?
- 8) Чему учит фильм?

### 5. Заполнение Яндекс-формы

Заполнение вышеуказанной Яндекс-формы является обязательным. Данная яндекс-форма, на усмотрение ведущего, заполняется во время занятия, совместно с детьми, или после завершения и подведения итогов мероприятия.

Ссылка на Яндекс форму – <https://forms.yandex.ru/u/6998271102848f9be26f92fd>

## Приложение 2.2

### Кинопросмотр «Крылья»

**Цель** – развитие волевых качеств личности, личной ответственности.

**Продолжительность фильма** – 22 мин. 23 сек.

**Целевая группа** – обучающиеся 5-8 классов

**Этапы проведения кинопросмотра:**

1. Организационный.
2. Мотивационно-целевой.
3. Просмотр фильма.
4. Обсуждение фильма.
5. Заполнение Яндекс-формы.

**Форма организации:** групповая

**Необходимое оборудование:** мультимедиа проектор, доступ в сеть Интернет для заполнения Яндекс-формы.

**Ссылка на фильм:**

<https://rutube.ru/video/6bb114aab1abf493139a5aec10b91bbe/?r=plwd>

#### 1. Организационный этап

Приветствие ведущего. Подготовка к просмотру фильма.

#### 2. Мотивационно-целевой этап

Перед просмотр фильма ведущего предлагается провести беседу с учащимися, настраивающую на просмотр фильма.

**Ведущий.** «Сегодня у нас с Вами особенная встреча. Мы с вами поговорим об одном из созидательных качеств и посмотрим короткометражный фильм об ответственности и стремления к своему делу. Мы будем смотреть фильм «Крылья».»

### **Вопросы ведущего:**

1) Как бы вы продолжили фразу: «Ответственность – это...»? (Ответственность, это когда человек думает, прежде чем что-то сделать или принять решение и понимает последствия своих действий и решений.)

2) За что человек несет ответственность? (За свои действия, слова, за свою жизнь, за взаимоотношения с людьми, за какое-то дело, за своих близких, за окружающий мир. Ответственность это и забота о ком-то.)

3) Возникало ли у вас чувство личной ответственности? Что вы ощущали?

### **3. Просмотр фильма**

#### **4. Обсуждение фильма**

После просмотра фильма «Крылья» детям предлагается обсудить фильм. Для этого можно использовать примерные вопросы, представленные в форме (ссылка)

1) Какие впечатления у вас появились от просмотра фильма?

2) Как вы думаете, о чем говорит история, которую мы посмотрели? (О том, что не надо ждать, когда кто-то что-то сделает хорошее, а браться самому, привлекая других. Надо делом доказывать правоту, а не кулаками. Когда что-то делаешь для других и получается, то как будто крылья вырастают и можешь сделать еще больше. Чтобы добиться поставленной цели, нужно брать на себя инициативу и ответственность, помнить о главном, стремиться делать добро, действовать сообща. Сила – в единстве.)

3) Почему отец Сергея повесил доску героев дома? (Чтобы Сергей понял, что все возможно, если живешь на благо других. Пример героев помогает поверить в себя, в свои силы, набраться смелости).

4) Можно ли силой, дракой научить чему-то другого? Почему? (Нет, т.к. в человеке вырастет обида или даже месть. Поэтому директор сказала, что надо действовать не силой, а доказывать делом).

5) Что нужно сделать, чтобы принять на себя личную ответственность за дело?

(Понимать, что это дело важное и нужное для всех, и поверить в свои силы)

6) Как Сергей, проявил личную ответственность? (Проявил инициативу, собрал ребят, распределил задания, призвал к действию взрослых и в результате установлен памятник).

#### **5. Заполнение Яндекс-формы**

Заполнение Яндекс-формы является обязательным. Данная Яндексформа, на усмотрение ведущего, заполняется во время занятия, совместно с детьми, или после завершения и подведения итогов мероприятия.

Ссылка на Яндекс форму –

<https://forms.yandex.ru/u/6996c0211f1eb57b70198106>

### **Кинопросмотр «Утраченное полотно»**

**Цель** – формирование понимания необходимости осознанности для жизни среди людей, важности своих поступков и их последствий.

**Продолжительность фильма** – 32 мин.

**Целевая группа** – обучающиеся 9-11 классов

**Этапы проведения кинопросмотра:**

1. Организационный.
2. Мотивационно-целевой.
3. Просмотр фильма.
4. Обсуждение фильма.
5. Заполнение Яндекс-формы.

**Форма организации:** групповая

**Необходимое оборудование:** мультимедиа проектор, доступ в сеть Интернет для заполнения Яндекс-формы.

**Ссылка на фильм:**

<https://rutube.ru/video/8d70a0841a8a8681011564b3dbf600bc/?r=plwd>

#### **1. Организационный этап**

Приветствие ведущего. Подготовка к просмотру фильма.

#### **2. Мотивационно-целевой этап**

Перед просмотром фильма ведущего предлагается провести беседу с учащимися, настраивающую на просмотр фильма.

**Ведущий.** «С детства нам говорят: «Прежде чем сделать, подумай». Что стоит за этими словами? Это значит, поразмышляй, к каким последствиям для себя и окружающих приведут эти действия, хороши ли они, как повлияют на наши взаимоотношения с людьми, принесут ли радость нам и близким, сделают ли лучше их жизнь. Сегодня мы поговорим с вами об осознанности.»

**Вопросы ведущего:**

1) В чем заключается осознанность в жизни человека? (В сознательном стремлении к лучшему проявлению в мыслях, словах, чувствах, действиях, в понимании, как они влияют на окружающих людей, на наше будущее и мир вокруг, в понимании взаимосвязей, причин и следствий.)

2) Как нам помогает осознанность? (Мы начинаем разбираться в людях, приходит понимание сущности людей, их побуждений, оцениваем человека не по тому, что он говорит, а по тому, как проявляется в действии, по степени проявления сердечности, по проявлению его положительных качеств. Лучше разбираемся в своем внутреннем мире, можем управлять чувствами, побуждениями. Понимаем процессы и взаимосвязи во внешней жизни, что приводит к правильной оценке тех или иных событий. Можем, что главное, а что второстепенное.)

3) Какие качества составляют осознанность? (Ответственность, овладение собой, в том числе своими мыслями, внимательность,

*наблюдательность, тактичность, целеустремленность, сердечность. Безусловно, осознанность не проявляется без воли.)*

### **3. Просмотр фильма**

#### **4. Обсуждение фильма**

После просмотра фильма «Утраченное полотно» обучающимся предлагается обсудить фильм. Для этого можно использовать примерные вопросы, представленные в форме (ссылка)

1) Какие впечатления у вас появились от просмотра фильма?

2) Как вы считаете, проявлял ли Глеб осознанность в начале истории? Почему вы так считаете? *(Глеб вначале оторван от окружающего мира и от своей семьи, живет в своем параллельном мире, «мультивселенной», как сказала Элина, и не может проявить осознанность.)*

3) Про кого из героев фильма мы можем сказать, что он(она) проявлял осознанность? *(Варвара, бабушка, экскурсовод и мама Глеба.)*

4) Что побудило Глеба к изменениям в отношении к жизни? *(Он увидел в прошлом своей семьи значимое событие и встретил Варвару, которая его заинтересовала).*

5) Мы сегодня много говорили об осознанности поступков героя фильма. Как вы думаете, по каким ступеням прошел Глеб, чтобы стать лучше, чтобы лучше понимать себя и окружающий мир?

6) В каких действиях мы можем проявить осознанность уже сейчас? Какое дело мы могли бы сделать, чтобы улучшить что-то вокруг себя, принести пользу?

#### **5. Заполнение Яндекс-формы**

Заполнение Яндекс-формы является обязательным. Данная яндекс-форма, на усмотрение ведущего, заполняется во время занятия, совместно с детьми, или после завершения и подведения итогов мероприятия.

Ссылка на Яндекс-форму:

<https://forms.yandex.ru/u/6996cd2490290245392036e1>

### Неделя профилактики суицидального поведения

**Цель** – организация профилактической работы по предупреждению суицидальных действий среди детей, развитие навыков стрессоустойчивости, сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся.

**Задачи:**

1. расширение представления об эмоциях, развитие эмоционального интеллекта.
2. формирование у учащихся позитивного образа Я, пропаганда здорового образа жизни.
3. укрепление детско-родительских отношений, взаимоотношений в школе.

**Срок проведения** – со 16 по 20 марта 2026 года.

**Примечание.** Мероприятия не имеют конкретных дат проведения. Предложенные мероприятия организуются и проводятся в срок с 16 по 20 марта 2026 года по усмотрению образовательной организации.

**Таблица. Мероприятия недели профилактики суицидального поведения**

№	Название мероприятия	Целевая группа	Описание мероприятия
1	Опрос «Цвет настроения»	Обучающиеся 1-4 классов	<p><b>Цель</b> – определение у педагогов собственного стиле педагогического взаимодействия с обучающимися.</p> <p>Мероприятие включает в себя два этапа:</p> <p>1) Педагогические работники проходят опрос. Опрос – индивидуальный, дистанционный.</p> <p><u>Ссылка на опрос:</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698bf4cbe010db09b590aa32">https://forms.yandex.ru/u/698bf4cbe010db09b590aa32</a></p> <p><b>Цель</b> – расширение представления об эмоциях, принятие своего эмоционального состояния, расширение словарного запаса обозначающих эмоции.</p> <p>Мероприятие включает:</p> <p>1) Учащимся, в сопровождении классного руководителя, предлагается каждый день на протяжении недели используя QR-код или ссылку, отмечать своё эмоциональное состояние. Настроение отмечено цветом и описано словом.</p> <p>Это поможет ребятам расширить представление об эмоциях, дополнить словарный запас и принимать свои эмоции.</p> <p>В этом задании могут принять участие родители, которые помогут ребенку пройти и отметить настроение, что позволит улучшить детско-родительские отношения.</p>

			<p>Для распространения информации предлагаем использовать Qr-коды (см. Приложение 3.1.) или ссылки, указанные ниже. Варианты размещения – через листовки или через родительские чаты. Необходимо учесть, что на каждый день свой код и ссылка.</p> <p>2) Для наглядности как для ребят, так и для учителя, в классе предлагаем создать «Экран настроения», в котором обозначают те же эмоции, что и в онлайн пространстве.</p> <p>В конце недели обсудить с детьми роль эмоций в жизни человека, способы самопомощи при возникновении сильных эмоций (дыхательные практики, прогулка, поддержка близких, помощь специалиста).</p> <p>Для обратной связи, пожалуйста, заполните форму.  <a href="https://forms.yandex.ru/u/699795ba84227c4376d426a0">https://forms.yandex.ru/u/699795ba84227c4376d426a0</a></p> <p>Развитие эмоционального интеллекта начинается с понимания своих эмоций и умения словом его обозначить. Что позволяет регулировать своё состояние, в трудных ситуациях справиться с нахлынувшими эмоциями.</p> <p><u>Понедельник (16.03.26 г.)</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698eaa01e010db5cf0ac36e1">https://forms.yandex.ru/u/698eaa01e010db5cf0ac36e1</a></p> <p><u>Вторник (17.03.26 г.)</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698eb082eb61464278790a79">https://forms.yandex.ru/u/698eb082eb61464278790a79</a></p> <p><u>Среда (18.03.26 г.)</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698eb0afeb614643247909e7">https://forms.yandex.ru/u/698eb0afeb614643247909e7</a></p> <p><u>Четверг (19.03.26 г.)</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698eb0c35056905ffc657094">https://forms.yandex.ru/u/698eb0c35056905ffc657094</a></p> <p><u>Пятница (20.03.26 г.)</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698eb0e84936395c0c236b60">https://forms.yandex.ru/u/698eb0e84936395c0c236b60</a></p>
2	Опрос «Полезный навык»	Обучающиеся 5-11 классов	<p><b>Цель</b> – развитие компонента эмоционального интеллекта - осознание своих эмоций.</p> <p>Мероприятие включает:</p> <p>1) Учащимся предлагается на протяжении недели, каждый день, проходить по ссылке и отмечать своё настроение. Исследование собственных эмоций проводится по шкале от 1 до 10 баллов, где отмечается интенсивность эмоции (1 - менее всего проявляется, 10 – очень выражена).</p> <p>2) На классном часу создать «Коллаж</p>

			<p>настроения». Обсудить с детьми следующие вопросы - Какие эмоции испытывали чаще? Как испытываемые ими эмоции влияли на поведение? Что помогало, а что мешало? Какие изменения замечают сами, когда обращают внимание на своё настроение?</p> <p>Навык позволяет выявить эмоцию и обозначить её интенсивность, тем самым запустить процесс управления эмоциональных состоянием. Рефлексия влияния эмоций на человека запускает процесс саморегуляции и изменение форм поведения.</p> <p><u>Понедельник (16.03.26 г.)</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698ea62295add56032b9b80b">https://forms.yandex.ru/u/698ea62295add56032b9b80b</a></p> <p><u>Вторник (17.03.26 г.)</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698e6ab4e010db58e2ac3552">https://forms.yandex.ru/u/698e6ab4e010db58e2ac3552</a></p> <p><u>Среда (18.03.26 г.)</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698ea67b90fa7b4357fea2a7">https://forms.yandex.ru/u/698ea67b90fa7b4357fea2a7</a></p> <p><u>Четверг (19.03.26 г.)</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698ea6a0d0468839d00edfab">https://forms.yandex.ru/u/698ea6a0d0468839d00edfab</a></p> <p><u>Пятница (20.03.26 г.)</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698ea6bb90fa7b455feea0be">https://forms.yandex.ru/u/698ea6bb90fa7b455feea0be</a></p>
3	Опрос самооценка школьных ситуаций	Обучающиеся 5-11 классов	<p><b>Цель</b> – определить уровень тревожности в школьных ситуациях.</p> <p>Мероприятие включает:</p> <p>1) Ученикам предлагается пройти опрос (см. Приложение 3.2), который позволит выявить уровень тревожности школьников и определить направления для дальнейшей работы. Варианты проведения опроса: возможен очный вариант с раздачей бланка с вопросами и возможностью ребятам самим посчитать результат, в дальнейшем необходимо подсчитать общий результат по классу. Так же возможен вариант в дистанционном формате с помощью создания Яндекс-формы.</p> <p>Итоги результатов по каждому классу необходимо загрузить по ссылке ниже.  <a href="https://forms.yandex.ru/u/6997036295add5986fb9b87c">https://forms.yandex.ru/u/6997036295add5986fb9b87c</a></p> <p>2) После проведения опроса необходимо распространить буклеты по саморегуляции и стрессоустойчивости.</p> <p>Для учащихся 9 и 11 классов разработать и провести занятие, направленное на развитие саморегуляции.</p>

			<p><u>Буклет на тему саморегуляции:</u>  <a href="https://disk.yandex.ru/i/MAFVi1zLDXzd8w">https://disk.yandex.ru/i/MAFVi1zLDXzd8w</a></p> <p><u>Буклет на тему стрессоустойчивости:</u>  <a href="https://disk.yandex.ru/i/I_BnUo9T3lsSkQ">https://disk.yandex.ru/i/I_BnUo9T3lsSkQ</a></p>
4	Рефлексивный практикум	Родители/ законные представители	<p><b>Цель</b> – создание условий для самоанализа роли родителя в процессе воспитания.</p> <p>Мероприятие включает в себя:</p> <p>1) Предлагаем распространить среди родительских групп ссылку на прохождение опроса для саморефлексии</p> <p>2) Вопросы для саморефлексии запускают анализ стиля воспитания, улучшение детско-родительских отношений.</p> <p>По итогу просмотра родители получают подборку фильмов для совместного просмотра и вопросы для общения после фильма.</p> <p><u>Ссылка на опрос:</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698d699e90fa7b2070fea23c">https://forms.yandex.ru/u/698d699e90fa7b2070fea23c</a></p>
5	Опрос для родителей на определение уровня тревожности у ребенка	Родители/ законные представители	<p><b>Цель</b> – определить родителю уровень тревожности своего ребенка</p> <p>Мероприятие включает в себя:</p> <p>1) Необходимо распространить среди родительских групп ссылку на прохождение опроса</p> <p><u>Ссылка на опрос:</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698d528290290279272037da">https://forms.yandex.ru/u/698d528290290279272037da</a></p> <p>2) После прохождения опроса родитель получает информацию об уровне тревожности и рекомендации по сохранению психологического здоровья ребенка.</p> <p>Классному руководителю необходимо на родительском собрании распространить информацию о психологических службах.</p> <p><u>Ссылка на информацию для родителей:</u>  <a href="https://disk.yandex.ru/i/WqWsNfwwRE_yIA">https://disk.yandex.ru/i/WqWsNfwwRE_yIA</a></p>
6	Рекомендации для педагогов "Как не допустить суицид у подростка"	Педагоги	<p><b>Цель</b> – расширить представление педагогов по выявлению и оказанию первичной помощи при обнаружении суицидальных признаков</p> <p>Мероприятие включает:</p> <p>1) Педагоги знакомятся с информацией о признаках суицидального поведения у подростка, требующие особого внимания, об опасных ситуациях, которые существуют в классе, о действиях при обнаружении таких признаков.</p> <p>2) Предлагаем рекомендации по оказанию поддержки ребенку, имеющему</p>

			<p>признаки суицидального риска. После ознакомления необходимо заполнить анкету обратной связи.</p> <p><i>Ссылка на анкету обратной связи:</i>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/6997a6f56d2d73a3f5a9f932">https://forms.yandex.ru/u/6997a6f56d2d73a3f5a9f932</a></p>
7	Флешмоб «Подари жизнь»	Все участники образовательного процесса	<p><b>Цель</b> – создание положительного настроения у участников образовательного процесса посредством позитивных и мотивирующих фраз.</p> <p>Мероприятие включает:</p> <p>1) Изготавливаются позитивные мотиваторы и размещаются на территории образовательной организации. Мотиваторы могут иметь формат картинок, задающих позитивный настрой, фраз, имеющих глубокий позитивный смысл, рекламных объявлений и др.</p> <p><i>Примеры:</i></p> <p>Картинка с фразой «Дай себе время», дополненная изображением растущего дерева.</p> <p>Рекламное объявление «Возьми то, что тебе сейчас нужно», где представлен перечень ресурсов личности – например, сила, надежда, оптимизм, храбрость, нежность, мечта, цель и т.д. Каждый желающий может взять себе нужные для него слова.</p> <p>2) Фото-отчёт разместите в своих социальных сетях по хештегам #ЦентрДАР #ФлешмобПодариЖизнь</p>

### Приложение 3.1

#### Опрос «Цвет настроения» для обучающихся 1-4 классов

<p><b>Понедельник</b>  Здравствуй, дорогой друг!  Перейди Qr-коду отметь своё настроение</p> 	<p><b>Вторник</b>  Здравствуй, дорогой друг!  Перейди Qr-коду отметь своё настроение</p> 
<p><b>Среда</b></p>	<p><b>Четверг</b></p>

<p>Здравствуй, дорогой друг! Перейди Qr-коду отметь своё настроение</p> 	<p>Здравствуй, дорогой друг! Перейди Qr-коду отметь своё настроение</p> 
<p><b>Пятница</b> Здравствуй, дорогой друг! Перейди Qr-коду отметь своё настроение</p> 	<p>-</p>

Опрос «Полезный навык» для обучающихся 5-11 классов

<p><b>Понедельник</b></p> 	<p><b>Вторник</b></p> 
<p><b>Среда</b></p> 	<p><b>Четверг</b></p> 
<p><b>Пятница</b></p> 	<p>-</p>

## **Методика самооценки школьных ситуаций**

**Инструкция.** Оцени пожалуйста, каждую ситуацию в баллах в зависимости от того, насколько она может вызвать у тебя тревогу:

0-ситуация не волнует;

1-ситуация волнует незначительно;

2-ситуация достаточно волнует

3-ситуация волнует очень сильно.

### **Ситуации**

1. Ответ у доски.

2. Разговор с директором, завучем школы.

3. Учитель решает, кого спросить.

4. Тебя критикуют и в чем-то упрекают взрослые.

5.Выполнение контрольной работы.

6.Учитель называют оценки за контрольную работу.

7.Ожидание родителей с родительского собрания.

8.Сдача экзамена.

9.Участие в соревнованиях: конкурсах.

10.Непонимание объяснений учителя.

11.Неожиданный вопрос учителя.

12. Не получается домашнее задание.

13. Принятие важного решения.

14. Тебя критикуют товарищи, одноклассники.

### **Оценка результата**

до 20 баллов — низкий уровень тревожности;

20-30 баллов — средний уровень тревожности;

более 30 баллов — высокий уровень тревожности

Приложение 4

## **Неделя профилактики буллинга**

**Цель** – создание безопасной образовательной среды через повышение осведомленности обучающихся, родителей и учителей о проблеме буллинга, формирование навыков конструктивного взаимодействия.

**Срок проведения** – со 30 марта по 3 апреля 2026 года.

**Примечание.** Мероприятия не имеют конкретных дат проведения. Предложенные мероприятия организуются и проводятся в срок с 30 марта по 3 апреля 2026 года по усмотрению образовательной организации.

**Таблица. Мероприятия недели профилактики буллинга**

№	Название мероприятия	Целевая группа	Описание мероприятия
1	Анкета «Распознать и предотвратить»	Педагоги	<p><b>Цель</b> – повышение профессиональной компетентности педагогических работников в вопросах раннего выявления и конструктивного разрешения ситуаций буллинга в образовательной среде</p> <p>Мероприятие включает:</p> <p>1) Педагогическим работникам предлагается пройти индивидуальное анкетирование в дистанционном формате на платформе «Яндекс Формы».</p> <p><u>Ссылка для прохождения:</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698d1e0749af4727a14c7ff6">https://forms.yandex.ru/u/698d1e0749af4727a14c7ff6</a></p> <p>Дополнительно педагогам направляется информационно-просветительская презентация по теме буллинга, содержащая основные понятия, признаки, возможные последствия и нормативные основания профилактической работы (см. Приложение 4.1.).</p> <p><u>Ссылка на презентацию:</u>  <a href="https://disk.yandex.ru/i/LCJ5bQZrxufyOA">https://disk.yandex.ru/i/LCJ5bQZrxufyOA</a></p> <p>3) Итоговое мероприятие – проведение методического совещания, направленного на актуализацию знаний педагогических работников по вопросам профилактики буллинга на основе представленных информационных материалов.</p>
2	Тест «Буллинг: как защитить ребёнка»	Родители/ Законные представители	<p><b>Цель</b> – повышение информированности родителей о признаках буллинга и формирование навыков своевременного реагирования.</p> <p>Мероприятие включает:</p> <p>1) Родителям, законным представителям представляется</p>

			<p>дистанционный материал (презентация, классным руководителям разослать ее в родительские беседы).</p> <p><u>Ссылка для скачивания:</u>  <a href="https://disk.yandex.ru/i/QzcYIgZTGTzIxg">https://disk.yandex.ru/i/QzcYIgZTGTzIxg</a></p> <p>2) После ознакомления родители проходят онлайн-тестирование для закрепления информации (см. приложение 4.2.).</p> <p><u>Ссылка на Тест:</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698d33919029027421203718">https://forms.yandex.ru/u/698d33919029027421203718</a></p>
3	Кинопросмотр «Ёжик и его друзья»	Обучающиеся 1-4 классов	<p><b>Цель</b> – формирование у младших школьников понимания ценности доброжелательного общения.</p> <p>Мероприятие включает:</p> <p>1) Просмотр мультфильма с педагогом; обсуждение чувств и действий героев; совместное заполнение интерактивной формы с вопросами о дружбе, помощи и уважении (Приложение 4.3.)</p> <p><u>Ссылка для прохождения 1-2 класс:</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698d731af47e731ab01637ea">https://forms.yandex.ru/u/698d731af47e731ab01637ea</a></p> <p><u>Ссылка для прохождения 3-4 класс:</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698d7327e010db2f90ac3534">https://forms.yandex.ru/u/698d7327e010db2f90ac3534</a></p>
4	Самодиагностика «Моя позиция в ситуациях травли»	Обучающиеся 5-11 классов	<p><b>Цель</b> – развитие у учащихся навыков безопасного и поддерживающего поведения в коллективе, формирование понимания своих действий в ситуациях буллинга, повышение осознанности относительно дружбы, уважения и помощи сверстникам.</p> <p>Мероприятие включает:</p> <p>1) Онлайн-самодиагностика через «Яндекс Формы»; вопросы о поведении в конфликтных ситуациях; автоматическая индивидуальная интерпретация результатов</p> <p>2) Итоговое мероприятие: Педагог проводит классный час по теме профилактики буллинга. Тему выбирает</p>

			<p>самостоятельно из предложенного перечня (см. Приложение 4.4.). После проведения классного часа педагог <b>заполняет онлайн-форму</b>, фиксируя проведение мероприятия и выбранную тему.</p> <p><u>Ссылка для прохождения теста для обучающихся:</u>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/698e8e924936395747236c72">https://forms.yandex.ru/u/698e8e924936395747236c72</a></p> <p><u>Ссылки для обратной связи для педагогов:</u>  <b>5-8 классы:</b>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/6997a54d505690a4b5657125">https://forms.yandex.ru/u/6997a54d505690a4b5657125</a>  <b>9-11 классы:</b>  <a href="https://forms.yandex.ru/u/6997a98384227c4449d4251a">https://forms.yandex.ru/u/6997a98384227c4449d4251a</a></p>
5	Акция «Давайте говорить друг другу комплименты»	Обучающиеся 3-7 классов	<p><b>Цель</b> – развитие у учащихся навыков доброжелательного общения, формирование культуры позитивного взаимодействия и умения выражать поддержку сверстникам.</p> <p>Мероприятие включает:  Проведение Акции. Акция проводится каждый день в течении недели, во время первого урока.</p> <p>Участники работают в парах. Каждый говорит приятные слова своему партнёру, обращаясь по имени. Для усиления символики можно дать каждому по пряже или нитке, чтобы при произнесении комплимента завязать браслет на руке партнёра. Педагог наблюдает, направляет процесс и поддерживает атмосферу доверия (см. Приложение 4.5.)</p>

### **Анкета «Распознать и предотвратить»**

В рамках Недели профилактики буллинга для педагогических работников проводится диагностико-практическое мероприятие в формате онлайн через платформу «Яндекс Формы».

Мероприятие включает два блока:

#### **1. Анкетирование.**

Анкета направлена на выявление уровня осведомлённости о признаках буллинга, особенностях поведения участников ситуации, а также знание алгоритмов реагирования и профилактических мер. Вопросы предусматривают выбор вариантов ответа и элементы самооценки профессиональной готовности.

#### **2. Решение ситуационного кейса.**

Педагогам предлагается описание типичной ситуации буллинга в образовательной среде. Необходимо определить признаки травли, возможные риски, обозначить возможный порядок действий и формы взаимодействия с обучающимися и родителями.

Форма проведения — дистанционная, анонимная.

Сбор и обработка результатов осуществляется автоматически средствами платформы «Яндекс Формы».

#### **Итоговое мероприятие.**

По завершении дистанционного этапа организуется очное собрание педагогических работников. Ответственное лицо проводит информационно-методическое выступление на основе подготовленной презентации по теме профилактики буллинга. В рамках встречи представляется систематизированная информация о признаках травли, особенностях реагирования.

Педагоги участвуют в обсуждении представленного материала, дополняют содержание с учётом профессионального опыта и уточняют практические аспекты реагирования.

Мероприятие проводится для родителей в дистанционном формате с использованием платформы «Яндекс Формы». Родители получают презентацию, знакомящую с понятиями и видами буллинга, признаками травли, последствиями для ребёнка. После ознакомления с материалом проводится онлайн-тест для проверки усвоения информации и уровня знаний о выявлении и предотвращении буллинга. Результаты автоматически обрабатываются платформой. Цель мероприятия — повысить осведомлённость родителей и сформировать навыки раннего распознавания травли и безопасного реагирования.

Мероприятие проводится в очном формате с участием классного руководителя и направлено на формирование у детей понимания дружбы, безопасного поведения и уважительного отношения к другим.

#### **Формат проведения:**

1. Просмотр мультфильма о ёжике, которого сверстники сначала обходили из-за колючек, а затем нашли способ безопасного общения.
2. Обсуждение с педагогом поступков героев, их эмоций и возможных решений конфликтных ситуаций.
3. Совместное выполнение интерактивной формы (групповая работа с педагогом), где дети обсуждают дружбу, помощь другим и способы безопасного поведения в коллективе.

Задания адаптированы по возрастным группам: для 1–2 классов — более простые вопросы на понимание событий и эмоций персонажей, для 3–4 классов — задания с повышенной сложностью, требующие анализа мотивации героев и возможных способов реагирования в аналогичных ситуациях.

### **Сценарий занятия для 1-2 классов**

Ход занятия:

#### **1. Вводная беседа.** Педагог начинает с короткой беседы:

- *«Сегодня мы посмотрим мультфильм про ёжика и его друзей. Давайте подумаем: что значит быть хорошим другом?»*
- *«Какие поступки могут обидеть других, а какие помогают дружить?»*

#### **2. Просмотр мультфильма**

Дети смотрят мультфильм о ёжике, которого сверстники сначала обходили из-за колючек, а потом нашли способ общаться безопасно для всех.

Педагог при необходимости делает короткие паузы и задаёт уточняющие вопросы:

- *«Почему звери сначала обходили ёжика?»*
- *«Как ёжик себя чувствовал, когда его избегали?»*

#### **3. Обсуждение**

Вопросы для детей:

- *«Что сделали звери, чтобы всем было комфортно?»*
- *«Какие чувства испытывал ёжик?»*
- *«Как бы вы помогли ёжику, если бы были рядом?»*
- *«Ёжик чувствует себя одиноко. Как можно поддержать друга?»*
- *«Если кто-то отличается от нас, как мы можем дружить и не причинять боль?»*

#### **4. Совместное выполнение интерактивной формы**

1. Педагог открывает форму на экране и заполняет её вместе с детьми.
2. Дети предлагают ответы, обсуждают их и приходят к общему мнению.

#### **5. Подведение итогов**

## Сценарий занятия для 3-4 классы

Ход занятия:

### 1. Вводная беседа

- «Сегодня посмотрим мультфильм про ёжика и обсудим, что происходит, когда кто-то отличается от других и как можно помочь друг другу.»

- «Подумайте: как мы можем быть друзьями и поддерживать других?»

### 2. Просмотр мультфильма

### 3. Разбор ситуаций и ролей

Вопросы для детей:

- *«Что бы вы сделали на месте зверей?»*

- *«Как можно помочь другу безопасно?»*

- *«Что важно учитывать, чтобы не обидеть другого?»*

- *«Ёжик чувствует себя одиноко. Что можно сделать, чтобы поддержать его?»*

### 4. Совместное выполнение интерактивной формы

1. Педагог открывает форму на экране и заполняет её вместе с детьми.

2. Дети предлагают ответы, обсуждают их и приходят к общему мнению.

### 5. Подведение итогов

### **Самодиагностика «Моя позиция в ситуациях травли»**

Мероприятие проводится с участием классного руководителя и направлено на развитие у учащихся навыков безопасного и поддерживающего поведения в коллективе. Сначала обучающиеся проходят онлайн-самодиагностику через платформу «Яндекс Формы», отвечая на вопросы о поведении в конфликтных ситуациях, реакции на травлю сверстников, роли свидетеля и способах поддержки других детей. Каждый участник получает индивидуальную интерпретацию своих ответов, что помогает осознать свои действия и стратегии в ситуациях буллинга.

После завершения самодиагностики педагог выбирает тему из предложенного перечня и проводит классный час с учащимися. Педагог направляет обсуждение, помогает детям правильно понять и закрепить основные идеи, а также фиксирует проведение занятия и выбранную тему через онлайн-форму для последующей отчетности.

#### **Перечень возможных тем классного часа**

1. Сплочение класса и развитие дружеских отношений
2. Разрешение конфликтов и мирное урегулирование споров
3. Поддержка сверстников и безопасные способы помощи жертвам травли
4. Роль свидетеля: как не оставаться в стороне
5. Профилактика кибербуллинга и безопасное поведение в сети
6. Навыки самоконтроля и управления эмоциями в конфликтных ситуациях

Приложение 4.5.

**Акция «Давайте говорить друг другу комплименты»**

Мероприятие «Давайте говорить друг другу комплименты» проводится для учащихся 3–7 классов и направлено на развитие навыков позитивного общения и поддержки сверстников. Дети работают в парах и делают друг другу комплименты, обязательно обращаясь по имени и используя слова, которые приятно слышать. Для большей вовлечённости и символического закрепления действия можно предложить детям завязывать браслет или узелок из пряжи на руке партнёра каждый раз, когда произносят комплимент.

Акция проводится каждый день в течении недели, во время первого урока.

Педагог сопровождает процесс, объясняет правила, следит за тем, чтобы общение было доброжелательным, и помогает детям формулировать комплименты корректно. После выполнения задания педагог обсуждает с классом, какую роль играют добрые слова в отношениях между сверстниками, как они влияют на атмосферу в классе, и закрепляет понимание, что позитивное взаимодействие помогает предотвращать конфликты и травлю.

Приложение 5.

Отчет о проведении краевого Марафона Профилактики

Наименование МОУО \_\_\_\_\_

Контактные данные \_\_\_\_\_

<i>Количественные показатели</i>				
	<i>Профилактика аддиктивного поведения (2-6.03.2026)</i>	<i>Профилактика противоправ ного поведения (9-13.03.2026)</i>	<i>Профилактика суицидальн ого поведения (16- 20.03.2026)</i>	<i>Профилактика буллинга  (23- 27.03.2026)</i>
Количество ОО, принявших участие в Акции				
Общее				

количество обучающихся, принявших участие в Марафона, из них:				
1-4 классы				
5-8 классы				
, 9-11 классы				
Количество детей, состоящие на различных видах профилактического учета, принявших участие в Марафона				
Количество родителей, принявших участие в Марафона				
Количество педагогов, принявших участие в Марафона				
<i>Фото и видео материалы проведения Акции (фотографии, ссылки мероприятий и т.д.)</i>				
<b>Качественные показатели</b>				
<i>Краткий вывод по результатам проведения Акции.</i>				

**Предложения и примечания:.....**