



государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Ненецкого автономного округа
«Средняя школа № 3»
(ГБОУ ЦАО «СШ № 3»)



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ ЦАО «СШ № 3»

А.Н. Попова

ПРОГРАММА
профилактики травли для учащихся 1-11 классов
«Школа без обид»

Паспорт программы

Наименование программы	Комплексная программа профилактики психологического насилия в детском коллективе «Школа без обид»
Основания для разработки	ФЗ №273 «Об образовании в РФ», ФГОС, Конвенция ООН о правах ребенка
Цель	Создание психологически безопасной среды для всех учеников 1-11 классов, формирование нетерпимости к унижению и развитие навыков уважительного общения
Задачи	1. Информирование о видах и последствиях агрессивного поведения в школе. 2. Развитие эмпатии, эмоционального интеллекта и навыков самоконтроля. 3. Обучение конструктивным способам выхода из конфликтов. 4. Повышение компетентности педагогов и родителей в вопросах профилактики детской агрессии. 5. Раннее выявление случаев притеснения и оказание своевременной помощи
Сроки реализации	2025–2026 учебный год
Целевая аудитория	Учащиеся 1-11 классов, педагоги, родители
Ожидаемые результаты	Снижение количества конфликтов, повышение уровня психологического комфорта в классах, рост информированности о способах противодействия давлению и агрессии

Пояснительная записка

Согласно данным исследований, до 30% российских школьников сталкиваются с систематическими обидами и унижениями со стороны сверстников. Регулярная травля — это систематическое агрессивное поведение, характеризующееся неравенством сил участников. Она не только наносит вред психическому здоровью того, кого обижают, но и деформирует личность обидчика и формирует равнодушие у свидетелей. Эксперты подчеркивают: легче научить ребенка правильно реагировать и выстраивать отношения в начальной школе, чем потом переучивать подростка, для которого агрессия стала нормой общения.

Данная программа разделена на четыре основных блока в соответствии с возрастными категориями.

1. Организационно-методическая работа и диагностика

Прежде чем проводить занятия, необходимо оценить текущую ситуацию.

Диагностика для учащихся:

- 1-4 классы: Наблюдение, проективные методики («Рисунок школы», «Альпенист»), опросники на выявление уровня тревожности и уровня комфорта в классе.
- 5-11 классы: методика «Социометрия» Дж. Морено, методика оценки уровня психологического климата коллектива (А.Н. Лутошкин), диагностика агрессивности, анкетирование на предмет опыта столкновения с жестокостью или унижением.

Работа с педагогами:

- Проведение семинаров по темам: «Психологическое насилие в школе: как распознать и что делать?», «Роль педагога в предотвращении травли», «Психологические особенности жертвы и агрессора».
- Обучение технологии «Школьная медиация» и «Круги сообщества».
- Индивидуальные консультации педагога- психолога.

Работа с родителями:

- Анкетирование «Как я воспитываю своего ребенка», «Оценка уровня удовлетворенности образовательной средой».
- Информирование родителей через мессенджеры по вопросам профилактики детской агрессии и защиты от травли.
- Индивидуальные консультации педагога- психолога.

2. Содержательный блок. Мероприятия по возрастам

Блок для учащихся 1-4 классов: «Азбука дружбы»

Цель: Создание доброжелательной атмосферы, обучение навыкам сотрудничества, развитие эмпатии.

<i>Мероприятие</i>	<i>Задачи</i>	<i>Сроки</i>
Классный час «Законы сохранения доброты»	Формирование представления о взаимоуважении, правилах поведения в классе.	Сентябрь - октябрь
Игровой тренинг «Мы все разные, но мы вместе»	Развитие терпимости к особенностям других (внешность, интересы).	Октябрь - ноябрь
Занятие с элементами игры «Как защитить себя, если кто-то обижает»	Обучение простым способам словесной защиты (остановить обидчика словом).	Декабрь - январь
Беседа «Нельзя молчать, когда других обижают»	Формирование активной позиции свидетеля, обучение тому, к кому можно обратиться за помощью.	Февраль - март
Интерактивное занятие «Каждый важен»	Использование игр и ролевых ситуаций для сплочения коллектива. В течение года	В течение года

Блок для учащихся 5-8 классов: «Мир без агрессии»

Цель: Обучение распознаванию различных форм притеснения (включая травлю в интернете), формирование навыков саморегуляции и конструктивного общения.

<i>Мероприятие</i>	<i>Задачи</i>	<i>Сроки</i>
Встреча с инспектором ОДН «Опасное поведение в школе – первый опыт противоправных действий»	Повышение правовой грамотности, разъяснение ответственности за унижение чести и достоинства (ст. 5.61 КоАП РФ).	Сентябрь - октябрь
Тренинговое занятие «Умей сказать Нет!»	Отработка навыков уверенного поведения, отказа от участия в травле другого, сопротивления давлению группы.	Октябрь - ноябрь
Классный час «Как не стать жертвой агрессии и не допустить конфликта»	Информирование о видах давления, обсуждение стратегий поведения.	Декабрь
Уроки цифровой безопасности «Оскорбления в сети: как распознать и защититься»	Обучение правилам безопасности в интернете, умению блокировать агрессора, сохранять доказательства угроз.	Январь - февраль
Социально-психологический тренинг «Навстречу друг другу»	Сплочение класса, развитие коммуникативных навыков, снижение уровня конфликтности.	Февраль - март
Просмотр и обсуждение фильмов («Чучело»,	Развитие эмпатии, анализ мотивов	В течение года

«Розыгрыш») с акцентом на чувства героев и последствия их поступков.	зачинщиков ссор и чувств того, кого отвергают.	
--	--	--

Блок для учащихся 9-11 классов: «Зона ответственности»

Цель: Формирование осознанного поведения, профилактика скрытых форм насилия, подготовка волонтеров-медиаторов.

<i>Мероприятие</i>	<i>Задачи</i>	<i>Сроки</i>
Дискуссия «Трус боится, смелый – действует»	Анализ роли «молчаливого большинства» в ситуации травли, формирование гражданской позиции.	Сентябрь - октябрь
Занятие «Учись управлять своими эмоциями»	Обучение техникам саморегуляции, снятия стресса, управления гневом.	Октябрь - ноябрь
Деловая игра «Школьная служба примирения»	Обучение старшеклассников навыкам медиации для разрешения конфликтов среди младших и средних школьников.	Декабрь
Круглый стол «Моя жизненная позиция: добро побеждает зло»	Обсуждение нравственных ориентиров, личной ответственности за атмосферу в коллективе.	Январь - февраль
Просмотр и обсуждение фильмов («Чучело», «Розыгрыш») с акцентом на чувства героев и последствия их поступков.	Развитие эмпатии, анализ мотивов зачинщиков ссор и чувств того, кого отвергают.	Просмотр и обсуждение фильмов («Чучело», «Розыгрыш») с акцентом на чувства героев и последствия их поступков.
Проведение тренингов		В течение года

3. Алгоритм действий при выявлении факта травли

1. Выявление. Фиксация жалоб, наблюдение классного руководителя, результаты диагностики.
2. Немедленное реагирование. Разделение участников конфликта, прекращение сцены физического или психологического насилия.
3. Информирование. Сообщение социальному педагогу, психологу, администрации школы.
4. Расследование. Индивидуальные беседы с пострадавшим, обидчиком, свидетелями. Важно сохранять нейтралитет и не устраивать публичных «разборок».
5. Работа с классом. Проведение экстренного классного часа или тренинга для нормализации обстановки.
6. Работа с родителями. Информирование родителей всех сторон конфликта, проведение совместных консультаций.
7. Применение санкций и восстановительных мер. Работа школьной службы медиации, постановка на учет (при необходимости), индивидуальная коррекционная работа с инициатором конфликта и пострадавшим.

4. План мероприятий для родителей

Цель: Повышение родительской компетенции, налаживание взаимодействия семьи и школы.

- Сентябрь - октябрь: Общешкольное собрание «Школьная служба примирения».
- Март: Родительское собрание «Возрастные особенности подростков»
- В течение года: Индивидуальные консультации психолога, распространение памяток («Что делать, если вашего ребенка обижают?», «Что делать, если ребенок обижает других?», «Безопасность в интернете»), работа родительских чатов под контролем классного руководителя.

Ожидаемые результаты

1. Для учеников: Умение распознавать опасное поведение и противостоять ему, снижение уровня тревожности и агрессивности, сформированные навыки работы в команде и эмпатии.
2. Для педагогов: Готовность и способность своевременно выявлять и

корректно реагировать на случаи притеснения в детском коллективе, владение восстановительными технологиями.

3. Для родителей: Информированность о проблеме, понимание своих действий в случае конфликта, активное участие в создании безопасной среды.

4. Для школы в целом: Улучшение психологического климата, снижение количества конфликтов, создание репутации безопасного и комфортного образовательного пространства.