

## Зачем психолог нужен в школе?

**Дискуссия о нужности или ненужности школьного психолога продолжается не один год. Есть горячие сторонники тезиса «Все мы учились в школе без всяких психологов...». Но есть и оппоненты, которые считают, что без психолога в современной школе нельзя. К тому же существуют нормативные документы, согласно которым психолог в школе - это не желание руководителя, а требование.**

Вопрос «Зачем психолог в школе?» - это вопрос о цели. А цель ставит директор. По результатам опроса Всероссийского центра изучения общественного мнения, подавляющее большинство россиян - 85% - считают, что психолог в школе необходим. И дети, и родители ждут от школьного психолога прежде всего работы с отношениями, конфликтами, эмоциональным благополучием, личностными и межличностными проблемами. В качестве результата работы психолога они видят комфортный психологический климат в школе. Эти ожидания предполагают, что психолог должен работать и с детьми, и с родителями, и с педагогами, и с управленческой командой, уметь влиять на условия обучения и воспитания, предвидя трудности и предотвращая возникновение проблем.

Федеральное и региональное нормативно-правовое поле четко отвечает на оба вопроса, которые мы обсуждаем: нужен ли психолог в школе и зачем он нужен? Закон «Об образовании в РФ» говорит, что психолого-педагогическая помощь детям, которые в ней нуждаются, должна быть оказана в образовательной организации школьными психологами. А для детей с ограниченными возможностями здоровья должны быть созданы специальные условия для получения образования. Каждая государственная школа реализует федеральные государственные образовательные стандарты. А в федеральном государственном образовательном стандарте третьего поколения наряду с требованиями к результатам и структуре образовательной программы четко определены требования к условиям ее реализации, которые как раз и обеспечивают достижение задуманного и спланированного. В числе требований к условиям есть и психолого-педагогические, которые четко определяют,

что необходимо, для того чтобы каждый ребенок в соответствии со своими возрастными и иными потребностями и осо-



бенностями мог успешно осваивать программу. Развитие психологической службы в системе образования каждого региона Российской Федерации, обеспечение всех школ квалифицированными психологическими кадрами - мероприятия плана Десятилетия детства, которые отнесены к разделу «Безопасность детей». Мы понимаем, что задача психологов образования - укрепление психологического здоровья каждого ребенка, его защита от негативных внешних воздействий. Все эти положения нашли отражение в региональном стандарте деятельности психолого-педагогических служб в системе образования. Вот несколько акцентов:

- индивидуальная коррекционно-развивающая работа с ребенком - это лишь одна десятая часть условий, которые должны быть созданы в школе при участии педагога-психолога;

- важно создать подушку психологической безопасности для каждого ученика в школе. Это значит уделять внимание предметности начального и основного образования, адаптационным процессам, профилактике негативных сценариев личностного развития, развитию психологических компетенций взрослых (учителей и родителей). Если этого не делать, то все коррекционные усилия будут тщетны;

- реальная и эффективная психолого-педагогическая помощь ребенку в школе возможна лишь в том случае, если психолог вместе с педагогами и родителями настраивает под особенности ребенка его деятельность (игровую, учебную), его взаимодействие и отношения со взрослыми и сверстниками в школьной среде. Именно это является источником развития, а вовсе не диагностика и коррекционные занятия с психологом.

В каждой школе должно быть понимание, что у психолога есть два ключевых направления работы: с одной стороны, психолого-педагогическая помощь, с другой - поддержка позитивной социализации и профилактика социальных рисков. Для работы с детьми с ограничен-

ными возможностями здоровья, если это направление актуально для школы, нужен психолог, наделенный специальными компетенциями. Он должен быть экспертом по данному направлению для управленческой команды, педагогов и родителей, он совершенствуется в этой области и повышает свою квалификацию. Для работы с подростками, социальными рисками и неблагополучием, соответственно, нужен психолог, который профессионально развивается в этом направлении. При этом мы понимаем, что четкой границы между этими двумя направлениями нет. Если мы своевременно не уделяем внимания трудностям в обучении и развитии, не

Хороший педагог-психолог, перед которым в школе грамотно поставлены задачи, является очень мощным профилактическим и развивающим ресурсом как для детей, которые находятся у него на сопровождении, так и для педагогического коллектива образовательной организации. Требования к трудовым функциям и действиям психолога в образовании задает профессиональный стандарт. При этом школа самостоятельно формирует эффективное штатное расписание, понимая, какой психолог ей нужен, какие задачи он будет решать, исходя из особенностей школы, специфики ее контингента, кадрового ресурса и других условий.



прорабатываем потребности детей с ограниченными возможностями здоровья, то логично получать учебную дезадаптацию и риски девиантного поведения в подростковой среде.

Согласно профессиональному стандарту педагог-психолог - это эксперт по развитию личности в условиях обучения и воспитания на всех этапах взросления - от детского сада до школы. Для того чтобы психологи становились такими экспертами, необходимы три ключевые вещи:

1. В школе должна быть организована психолого-педагогическая служба, объединяющая всех психологов в своем составе, у которой должны быть руководитель, план и график работы.

2. В школе должна быть организована работа психолого-педагогического консиллиума.

3. Курирующим заместителем директора должны быть обеспечены координация и контроль деятельности по данному направлению.

Но несмотря на то что московские школы очень разные, есть «общее место» для всех - это масштаб. Московская школа - большая школа. Поэтому принципиальное значение для обеспечения процессов и достижения результатов приобретает слаженность школьной команды. И психолого-педагогическая служба не исключение!

Мы предлагаем перенести разговор на тему, зачем психолог нужен в школе, в каждую образовательную организацию, чтобы психолого-педагогические службы московских школ под управлением заместителя директора по воспитанию и социализации стали эффективной командой профессионалов, где каждый специалист точно знает свою роль и свои задачи. А Городской психолого-педагогический центр всегда рядом и готов вам в этом помочь.

**Любовь ОЛТАРЖЕВСКАЯ,**  
директор Городского психолого-педагогического центра Департамента образования и науки города Москвы

# Эффективный подход

## Зачем школьным психологам единый стандарт работы

**Как помочь ребенку стать успешным независимо от его стартовых возможностей? В московских школах эту задачу решают комплексно. Неотъемлемой частью образовательного процесса стала психолого-педагогическая служба, в состав которой входят педагоги-психологи, учителя-логопеды и учителя-дефектологи.**

Психолого-педагогическая служба в школе - это структура, объединяющая специалистов, которые помогают школьникам сохранить и укрепить психологическое здоровье, успешно освоить образовательную программу и социализироваться среди одноклассников. Столь значительный диапазон функционала открывает также широкие возможности использования методов, технологий, инструментов работы, реализации деятельности по различным направлениям - от классических подходов до авторских программ. Очевидно, что подобная ситуация может повлечь за собой определенные риски в предоставлении качественной психолого-педагогической помощи всем субъектам образовательного процесса.

В этой связи разработка и внедрение единых требований и подходов в организации деятельности школьных психологов - необходимое условие качественной работы психолого-педагогической службы.

15 августа 2022 года был подписан стандарт деятельности психолого-педагогических служб в системе образования Москвы (приказ Департамента образования и науки г. Москвы №666). Стандартизация психолого-педагогической помощи - одна из ключевых задач Концепции развития психологической службы в системе образования РФ на период до 2025 года. Стандарт определяет единые требования и подходы к организации деятельности психолого-педагогических служб.

Организационным механизмом реализации стандарта деятельности психолого-педагогических служб в Москве является особая

структура - психолого-педагогическая служба в межрайонном совете директоров (ППС МРСД). ППС МРСД включена в региональную модель психолого-педагогической службы в системе образования столицы и представляет собой экспертно-методическое объединение специалистов, осуществляющих психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса.

С сентября 2022 года психолого-педагогическая служба работает в каждом межрайонном совете директоров города. В ППС МРСД входит по одному педагогу-психологу от образовательной организации, подведомственной Департаменту образования и науки города Москвы. За каждой психолого-педагогической службой МРСД закреплён



куратор ППС МРСД, выбранный из числа членов ППС МРСД - представителей от школ, а также методист Городского психолого-педагогического центра. Данные специалисты курируют деятельность экспертно-методических объединений. Составы ППС МРСД согласованы с директорами образовательных организаций.

Ведущей целью ППС МРСД является стандартизация деятельности школьных психолого-педагогических служб.

Задачи ППС МРСД:

- разработать и внедрить единые городские организационно-

методические инструменты, регламенты деятельности специалистов сопровождения;

- выработать единый подход к оценке эффективности деятельности специалистов сопровождения;

- организовать на постоянной основе горизонтальное профессиональное взаимодействие, содействовать развитию профессиональных компетенций специалистов сопровождения.

Члены ППС МРСД (представители от каждой школы) работают в формате рабочих встреч, семинаров, консультаций в очном и дистанционном режимах. Спе-

циалисты ППС МРСД обсуждают вопросы алгоритмов, инструментов, технологий работы педагогов-психологов в рамках внедрения и реализации стандарта деятельности психолого-педагогических служб в системе образования города Москвы.

ППС МРСД - экспертные объединения, которые при поддержке Городского психолого-педагогического центра разрабатывают и проводят экспертизу программ и технологий для специалистов психолого-педагогических служб. Таким образом, удалось объединить в единую систему организации, которые на разном уров-

не - от школьного до городского - обеспечивают психолого-педагогическое сопровождение обучающихся в системе московского образования.

ППС МРСД - особый организационный механизм внедрения единых городских подходов к организации психолого-педагогического сопровождения в школе, инструмент стандартизации деятельности школьных психолого-педагогических служб. В итоге вопросы определения групп обучающихся, которым в школе должна быть оказана психолого-педагогическая помощь, механизмов и инструментов работы специалистов в части, касающейся их профессиональной деятельности, условий ее реализации и т. д., выстраиваются в одном ключе во всех образовательных организациях, подведомственных ДОНМ. Единство подходов позволяет выстроить максимально эффективную работу в рамках психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса.

**Любовь ЕГОРОВА,**  
начальник отдела методического сопровождения деятельности психолого-педагогической службы межрайонного совета директоров Городского психолого-педагогического центра Департамента образования и науки города Москвы



**Наша школа, так же как и все школы Москвы, встала на пути внедрения стандарта деятельности психолого-педагогических служб. В школе учатся более 3500 воспитанников.**

В школе есть ресурс и многолетний позитивный опыт преподавания уроков психологии по программе и учебникам, разработанным научным коллективом под руководством доктора психологических наук Ирины Владимировны Дубровиной в рамках работы городской экспериментальной площадки.

На данный момент, когда перед нами встал вопрос о реализации одного из ключевых направлений стандарта по созданию комфортной и безопасной образовательной среды, профилактике соци-

ностей и саморазвитию. Следовательно, у остальных участников образовательного процесса, в частности у педагогов, актуализируются потребность в знании основных закономерностей и особенностей психического развития школьников определенного возраста, желание использовать их в интересах собственного развития и для решения профессиональных задач. Таким образом, преподавание психологии изменяет сознание участников образовательного процесса в сторону личностно ориентированного обучения.

Уроки психологии способствуют профилактике асоциальных явлений. Знание ребенком особенностей психологической жизни позволяет ему противостоять негативным воздействиям и попыткам манипулировать его со-



# На основе взаимного уважения

**Уроки психологии как ресурс позитивной социализации**

альных рисков, мы обратились к этому ресурсу, так как он позволяет охватить максимальное количество обучающихся разных целевых групп.

Цель преподавания психологии в школе - формирование у каждого школьника элементарной психологической культуры, важной части общей культуры.

Систематизированный курс занятий «Уроки психологии» базируется на основах психологических знаний. Начинать его изучение можно с начальной школы (в 3-м классе), именно тогда, когда формируются мировоззрение ребенка, его отношение к миру. Специфика курса заключается в изложении материала с учетом возрастных особенностей ребят. Ученики получают те знания, которые интересны и имеют личностный смысл в этом возрасте.

Одна из ключевых задач курса - формирование целостного мировоззрения ребенка через обучение взаимодействию не только с окружающей средой, но и с людьми и самим собой.

Занятия по психологии в школе способствуют формированию психологически грамотного ученика, способного к анализу своих индивидуальных особен-



ностями. Благодаря развитию рефлексии у детей формируются критичность, самостоятельность мышления, устойчивость к информационным воздействиям, способность ориентироваться в различных жизненных ситуациях.

Занятия курса «Уроки психологии» способствуют созданию психологических условий для полноценного включения в образовательное пространство и успешной социализации детей с ограниченными возможностями здо-

ровья, детей с отклонениями в поведении, детей, оставшихся без попечения родителей, детей из семей беженцев и вынужденных переселенцев, детей, проживающих в малоимущих семьях, и других категорий детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Изучая психологию, ребята понимают уникальность, сложность и ценность внутреннего мира человека. Занятия курса «Уроки психологии» развивают чувство уважения к человеку как таковому независимо от его физических возможностей, должности, положения, национальности, вероисповедания, а следовательно, учат детей общаться на основе взаимного уважения.

На занятиях курса «Уроки психологии» создаются благоприятные условия для развития талантливых и одаренных детей.

Все это отвечает задачам стандарта деятельности психолого-педагогических служб.

Реализация образовательных целей каждого ученика с учетом его индивидуальных особенностей, включенность любого обучающегося в образовательный процесс основываются на качестве связей, умении выстраивать межличностные и профессиональные отношения.

Мы рассматриваем ребенка как главную ценность в решении любых задач, реализуемых школой.

В школе внеурочный курс занятий «Уроки психологии» реализуется совместно педагогом-психологом и классным руководителем. На протяжении нескольких лет нами активно изучался опыт выстраивания такого взаимодействия. Результатом этого исследования стала модель профессионального взаимодействия. Ключевым компонентом этой модели является профессиональное сообщество, основанное на единых ценностях.

Через систему условий, которые содержат четыре элемента, выстраивается профессиональное взаимодействие в разных формах и областях.

Процесс профессионального взаимодействия, где бы он ни осуществлялся, будет успешным только при соблюдении пяти последовательных ключевых этапов:

1. Анализ проблемы.
2. Определение общей задачи.
3. Выработка критериев оценки результата.
4. Определение требуемого времени.
5. Рефлексия, что смогли сделать.

Занятия курса «Уроки психологии» способствуют созданию комфортной и безопасной образовательной среды, профилактике социальных рисков, являясь ресурсом позитивной социализации каждого обучающегося. Это отвечает запросам общества (времени) и решает ключевые задачи, которые стоят перед каждой образовательной организацией.

Преподавание психологии делает школу более открытой для предметного диалога с родительской общественностью, повышает уровень доверия к школе и психологическую культуру всех участников образовательного процесса.

**Елена ФИЛАКОВА,**  
куратор психолого-педагогического сопровождения  
межрайонного совета директоров  
№30, руководитель психолого-педагогической службы, педагог-психолог школы №1450 «Олимп»



**Инклюзивное образование достаточно давно вошло в нашу жизнь. В нашем колледже, как и во многих других, ребята с разными возможностями получают профессию, принимают участие в мероприятиях, посещают кружки, добиваются побед в чемпионатах по мастерству среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.**

Обучаясь в группах совместно со своими сверстниками, студенты с особыми образовательными потребностями нуждаются в организации специализированной помощи, направленной на их успешную социальную адаптацию. Следует отметить, что сопровождение студентов этой категории подразумевает работу не только с ними, но и с педагогами и группой в целом.

Работа с группой направлена на развитие толерантного отношения к людям с особыми образовательными потребностями. Как правило, ребята не представляют, с какими сложностями сталкиваются их ровесники, имеющие особенности развития, не знают, как им правильно реагировать в случае появления неконструктивного поведения, аффективных реакций, как остановить поток стереотипных или очевидных вопросов, а также информации, не представляющей для них интереса и не связанной с ситуацией общения. Такое незнание приводит к возникновению отчуждения, раздражения, конфликтных ситуаций. В связи с этим очень важно своевременно обсуждать с ребятами группы вопросы, которые могут вызвать непонимание, а также то, что может сделать каждый, чтобы общение было комфортным и приносило положительные эмоции, ведь люди с особыми образовательными потребностями, зачастую не понимая контекста ситуации и норм неформального общения, очень тонко чувствуют нетерпимость и раздражение к себе.

В некоторых случаях требуется помощь тем студентам, которые имеют неблагоприятный



## Особые потребности

### Внутреннее пространство в контексте окружающей реальности

прошлый травматичный опыт неприятия группой, травли одноклассниками. Такой опыт мешает устанавливать гармоничные межличностные отношения в настоящем, в том числе и с ребятами с трудностями развития.

Работа с педагогами - это совместный поиск решений, касающихся преимущественно процесса обучения:

- как организовать групповую работу, если обучающийся предпочитает работать индивидуально;
- как быть в случае появления аффективных реакций во время занятия и как их предупредить;
- какие задания и в какой форме лучше предъявлять, чтобы студент почувствовал себя успешным;
- каким образом дать обратную связь, избежав критики;
- как оказать поддержку - индивидуально или в присутствии других.



Ответы на эти и многие другие вопросы зависят от конкретной ситуации развития человека и требуют индивидуальных решений.

Немаловажный аспект работы с педагогическим коллективом - развитие и закрепление навыков, полученных на занятиях с педагогом-психологом, в ежедневном общении с другими одноклассниками и взрослыми.

Работа с обучающимися с особенностями развития, как правило, затрагивает три направления:

- развитие коммуникативных навыков;
- развитие навыков стрессоустойчивости;
- развитие самосознания.

Коммуникация студентов с особыми образовательными потребностями имеет свои особенности, к которым можно отнести трудности понимания ситуаций неформального общения, склонность к монологическим высказываниям, ограниченную тематику разговоров, специфический круг интересов, недостаток учета обратной связи от собеседника и его интересов.

Развитие коммуникативных навыков предполагает усвоение социальных норм общения - это способность понимать, что имеет в виду собеседник, и быть понятым им, умение договариваться, достигая своей цели через об-

щение, а также умение распознать признаки проявления или отсутствия интереса со стороны собеседника и понимания смысла социальных ситуаций. Этот вид навыков выполняет множество важных функций в развитии личности.

Формирование навыков стрессоустойчивости предполагает развитие способности справляться со своими эмоциями, фрустрацией, развитие самоконтроля и личностно значимых паттернов поведения. Такая работа предусматривает анализ ситуаций, вызывающих негативные эмоции или трудности, расширение представлений о способах их разрешения, знакомство с дыхательными, релаксационными и другими техниками, применение визуальных карточек со способами выхода из проблемных ситуаций. Также важным является размещение в общем доступе (на стенде, сайте) визуальной информации о том, к какому специалисту колледжа и по какому вопросу можно обратиться для решения определенной ситуации.

Развитие самосознания предполагает развитие представлений о себе, своего внутреннего пространства, помощь в осмыслении событий окружающего мира и области социальных от-

ношений. Занятия направлены на формирование способности формулировать свои желания, определять собственные интересы, в соответствии с которыми можно совершать выбор, а также на то, чтобы научиться определять ситуации, в которых нарушаются собственные границы и границы других, уметь сказать нет и выражать несогласие. Особая тема - личностная безопасность в сети Интернет: как и для чего ограничить доступ к личной странице в социальных сетях, какая информация допустима для группового прочтения в мессенджерах, как обратиться с просьбой к сверстнику, используя общение.

Таким образом, для успешной социализации подростков с особыми образовательными потребностями необходимы взаимодействие специалистов, педагогов, в некоторых случаях родителей (законных представителей), а также организация целенаправленной работы с группой и самим студентом.

**Наталья ОРЛОВА,**  
педагог-психолог московского образовательного комплекса «Запад»



**Каждый педагог, специалист, впервые приступая к профессиональной деятельности, находился в положении новенького, неопытного сотрудника. С позиции уже опытного педагога важно понимать, с каким багажом потребностей, мотивации, уровнем притязаний и профессиональной подготовки приходят выпускники университетов в образовательную организацию. Мне близка метафора Натальи Семаго «набор высоты» в отношении вхождения вчерашнего студента в профессиональное сообщество, в коллектив на рабочем месте.**

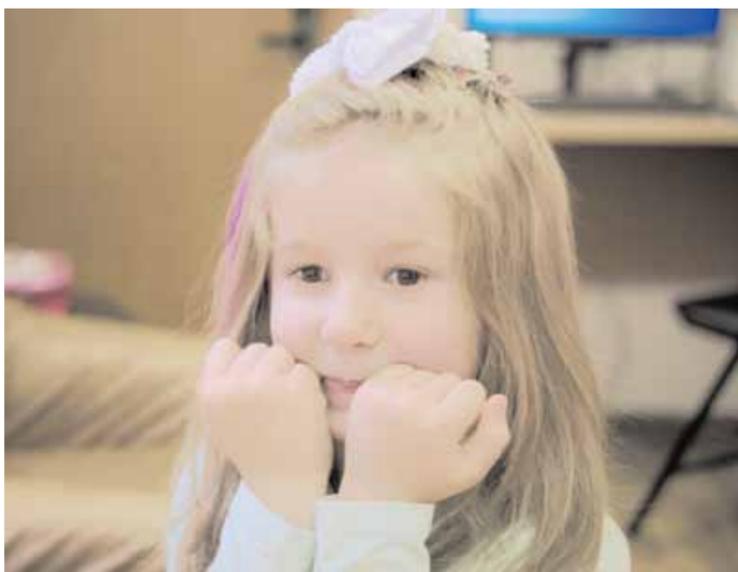


## Набор высоты

**Удивляйте, вдохновляйте, улыбайтесь!**

Молодой специалист приходит, воодушевленный желанием творить, применять на практике все то, чему его учили, он открыт и уверен в том, что он все знает о профессии, ее особенностях. Траектория развития, взросления в профессии, приобретения важных умений и качеств - это и есть своего рода набор высоты. Профессиональное развитие молодого специалиста с поддержкой опытных коллег, наставника позволит расти выше и выше не только молодому специалисту, но и наставнику, и коллективу.

Проблема адаптации к новому месту работы существует и важна для решения. Образование заинтересовано в том, чтобы выпускники вузов, получив заветный диплом, приходили работать в школы, колледжи. Молодой специалист задается вопросами: «Какой будет коллектив, смогу ли я адаптироваться, справлюсь ли я с поставленными задачами?» Адаптация на рабочем месте есть процесс всегда двусторонний: взаимодействие личности и новой социальной ситуации. Приступая к выполнению новых профессиональных задач, специалист оказывается включенным в сеть профессиональных и социально-психологических отношений конкретной организации, он усваивает новые социальные роли, ценности, нормы, согласовывает свою индивидуальную позицию с за-



дачами трудового коллектива. Вхождение в профессию будет положительным, если молодой специалист не окажется один на один со всеми сложностями, требованиями.

Именно опытный практик, наставник дает поддержку, опору

в освоении профессиональной позиции, в адаптации и погружении в профессию, в познании всех нюансов профессии педагога-психолога. Важную роль не только в становлении представлений о профессии, но и в формировании профессиональной

позиции играет возможность прохождения учебной производственной практики под руководством психолога-практика конкретной образовательной организации. Производственная практика дает возможность увидеть, наблюдать, анализировать реальную работу педагога-психолога, производить перенос имеющихся теоретических знаний на плоскость их реального применения. Еще в период прохождения практики и стажировки молодой специалист имеет

жать, внушать, убеждать, способности управлять своим эмоциональным состоянием.

Психолог-наставник как профессионал проявляет готовность к принятию молодого специалиста, оказывать не только методическую, но и направляющую поддержку, он в какой-то мере помогает молодому специалисту увидеть точки развития, вовремя рассмотреть способности, личные качества. В процессе адаптации молодого психолога наставник помогает преодолеть стадии ознакомления с новой профессиональной ситуацией, приспособления к новым установкам, критериям оценки трудовых действий, ассимиляции в новой среде. Профессиональная адаптация выражается в определенном уровне овладения профессиональными навыками и умениями, в формировании некоторых профессионально необходимых качеств личности, в развитии устойчивого положительного отношения работника к своей профессии.

Хочется пожелать молодым специалистам, привыкающим к новому месту работы:

1. Улыбайтесь. Помните об эффекте первого впечатления.
2. Проявляйте доброжелательность, чувство юмора.
3. Генерируйте идеи.
4. Будьте готовы помогать коллегам.
5. В сложных или спорных ситуациях обращайтесь к коллегам за советом.

Помогая проходить профессиональное привыкание и погружение молодому специалисту, опытный специалист получает возможность пополнить свои ресурсы, гибко поработать над своими навыками и умениями, освоить что-то новое. Взаимная поддержка начинающего и опытно-



возможность при активном направляющем участии психолога-наставника понять, какая возрастная категория обучающихся ему наиболее близка, какой круг задач он может выполнить самостоятельно, а что с помощью старшего коллеги. Психолог-наставник помогает определить, какие технологии, методики, приемы работы наиболее успешны, что у молодого специалиста получается. Педагог-наставник, сопровождающий молодого специалиста, приоткрывает те грани успешной работы в образовательной организации, которые зависят от наличия у психолога определенных личностных качеств: социальной чувствительности, умения зара-

го специалистов для меня очень важная сила, энергия развития.

Многим практикам, и мне в том числе, осуществляющим наставническую деятельность в отношении студентов, молодых специалистов, будет приятно, если их воспитанники состоят в профессии, будут в ней расти, делиться своим опытом. Моя задача как наставника - показать профессиональную деятельность педагога-психолога настолько интересной, творческой, перспективной, чтобы как можно больше молодых специалистов смогли стать молодыми профессионалами.

**Наталья ФАХРУТДИНОВА,**  
педагог-психолог  
школы №49





**В образовательных организациях Москвы все большую популярность приобретает практика решения конфликтов с применением примирительных технологий. О работе школьных служб примирения рассказал руководитель Городской службы примирения ГППЦ ДОНМ Антон КОНОВАЛОВ.**

**- Антон Юрьевич, с каждым годом количество школьных служб примирения в Москве растет. Почему, на ваш взгляд, именно примирительные технологии оказались столь востребованы сегодня?**

- В основе деятельности школьных служб примирения лежит восстановительный подход, известный как практика разрешения конфликтов с 80-х годов прошлого века. Это технология, доказавшая свою эффективность, проверенная временем.

Первая служба примирения, основанная на принципах восстановительного подхода, в московской школе была создана в 2000 году. Идеи и принципы восстановительного подхода, лежащие в основе концепции школьных служб примирения, близки педагогике сотрудничества, традиционным российским практикам примирения (например, в русских деревнях существовал сельский сход, когда всем миром собирались и мирно все решали), семейным традициям (например, реагирование родителями на кражи своих детей, когда родители идут вместе с ребенком извиняться и договариваться об исправлении ситуации). Принципы и ценности восстановительного подхода и делают его приоритетным для применения в школьной практике: не изгонять, не наказывать, не травить, а восстанавливать отношения, заглаживать причиненный вред, принимать на себя ответственность за исправление ситуации.

**- В чем отличие службы примирения от остальных способов реагирования на конфликты?**

- Волонтерами служб примирения создаются условия для самостоятельного решения конфликтов, причем путем переговоров, в которых стороны сами придумывают решение, которое устроит всех, и, соответственно, принимают ответственность за принятые решения. При этом для службы примирения неприемлемы давление, манипуляция, угрозы, травля, требования изгнать (уволить, отчислить). Служба примирения категорически не

## Диалог дружбы, или Школа без конфликтов



принимает идеи «нет человека - нет проблемы», «если все, кроме одного, довольны, то один должен смириться» или «в конфликте всегда виноваты оба, каждый другого спровоцировал».

Служба примирения - это не торг «если не хочешь наказания - пообещай извиниться» и не примирение «прекратите конфликтовать, если не хотите последствий». Служба примирения не психологическая работа. Она не тестирует, не дает рекомендаций и заключений. Служба примирения не расследует, не ищет виноватых, не пытается перевоспитать детей или родителей. Это нейтральный посредник при урегулировании спорной или конфликтной ситуации, который организует встречу для участников спора. Предварительно он обсуждает с ними нюансы сложившейся ситуации. И только когда каждая сторона дает добровольное согласие сесть за стол переговоров, проводится примирительная встреча.

Служба примирения приглашает стороны к принятию на себя ответственности, к сотрудничеству, взаимопониманию, заботе, уважению, достоинству, прекращению обид и вражды, а если был причинен вред - к заглаживанию этого вреда.

**- Говоря о службах примирения, мы обязательно имеем в виду восстановительный подход? В чем в таком случае его преимущество?**

- Специфика восстановительного подхода заключается в том, что он, вопреки устоявшейся практике

**- Как устроена Городская служба примирения и как происходит ее взаимодействие со школами?**

- В 2021 году в Москве на базе Городского психолого-педагогического центра Департамента образования и науки города Москвы был запущен проект «Городская служба примирения». Целью этого проекта стало формирование безопасной и комфортной образовательной среды для всех участников образовательных отношений путем развития школьных служб примирения.

Для успешного осуществления проекта был разработан стандарт организации деятельности школьных служб примирения в Москве, предусматривающий трехуровневую структуру работы.

департамента образования и науки, в СМИ, поддерживают городской клуб для школьников-волонтеров ШСП «Диалог дружбы».

Вся организационная информация о службах примирения Москвы объединяется на едином интернет-ресурсе <https://forum.gppc.ru>. Здесь размещены нормативные документы, стандарты и другие материалы, проходит обучение специалистов образовательных организаций - будущих волонтеров ШСП и классных руководителей, готовых реализовывать в своей профессиональной деятельности малые восстановительные практики. Каждая служба примирения имеет свой рабочий кабинет, в котором видит свою активность и дальнейшие шаги.

Именно стандартизированные условия позволяют оценивать и анализировать работу школьных служб примирения на соответствие восстановительным принципам и принятому стандарту.

**- Как можно обратиться в службу?**

- При возникновении конфликта ученик или учитель могут обратиться за помощью к куратору школьной службы примирения или любому из членов команды, в том числе школьнику-волонтеру. Присутствие школьников-волонтеров в службе важно, поскольку часто в поддержке нуждаются именно ученики, а сверстники могут говорить друг с другом на одном языке.

А если необходима помощь специалистов ГСП, можно заявить о проблеме непосредственно на ресурсе <https://forum.gppc.ru> (зеленая кнопка).

**- Каковы, по-вашему мнению, перспективы внедрения примирительных технологий в практику решения конфликт-**

Первый уровень - внутришкольный. Это организационная структура с обученными специалистами, в состав которой обязательно входят заместитель директора по воспитанию, школьники-волонтеры и родители-волонтеры. Классные руководители применяют восстановительные практики в своей работе, а также предполагается развитие групп поддержки служб примирения.

Второй уровень - опорные площадки, где опытные ШСП готовы оказать методическую поддержку начинающим. Такое взаимодействие между специалистами разных служб примирения способствует формированию про-



применения авторитарного способа решения конфликтов, позволяет рассматривать ситуацию в ином, недерективном, ключе.

Восстановительный подход - это не просто «услуга быстрого разрешения конфликта». Основные преимущества заключаются в том, что применение примирительных технологий ставит всех участников конфликта (учеников, родителей и педагогов) в равные условия, позволяет им самим заглаживать причиненный вред и принять ответственность за свои шаги в дальнейшем, обеспечивает возможность мирного сосуществования на общей территории, совместного будущего без мести, обиды, перевода ребенка в другую школу и других подобных радикальных шагов.

фессионального сообщества ведущих восстановительных программ, в котором специалисты находятся в относительно шаговой доступности.

Третий уровень - городская служба примирения, в которой работают специалисты-эксперты, обеспечивающие организационную и методическую работу. Городская служба примирения включается в наиболее сложные случаи, где ресурсов школьной службы и педагогической команды уже не хватает.

Для поддержки школьных служб примирения специалисты ГСП ежемесячно проводят открытые вебинары, супервизии по сложным случаям, встречи опорных площадок, выступают на городских мероприятиях Де-

**ных ситуаций в образовательных организациях города?**

- Школьные службы примирения создаются в качестве ресурса разрешения конфликтов внутри образовательных организаций. В прошлом году участниками восстановительных программ стали около 3800 учеников 483 столичных школ. И количество школ - участниц проекта неуклонно растет.

Вы видим работу службы примирения как часть воспитательной программы школы, направленной на возрождение сообщества, укрепление в школе ценностей взаимопонимания и диалога, совместного решения проблем, заботы и взаимной ответственности.

Анна КОНДА

# Наш пазл доверия

**Дети-волонтеры способны разрешить многие споры ровесников**



**Школа - отдельная система со сложной структурой, и конфликтов там не может быть. Но проблемы решаются: некоторые самой школой, а некоторые - ее учениками.**

Я заинтересовалась деятельностью школьной службы примирения, так как давно считала, что одна из главных проблем в моей школе среди учеников и учителей - проблема недопонимания. Не каждый услышан, а значит, могут возникать конфликты и обиды. Ребята, на мой взгляд, недостаточно сплочены, большинство как будто порознь. Я считаю, что так быть не должно! Я пришла в службу и теперь гордо заявляю: «Хорошо, что есть мы, школьная служба примирения!»

Волонтеры не только помогают урегулировать споры и сложные ситуации, но и организуют мероприятия на развитие коммуникативных навыков и эффективного общения в нашей школе. Ну и я, конечно, в числе активистов!

Все наши дела направлены на то, чтобы ребятам и учителям в нашей школе было комфортно. И все наши мероприятия абсолютно разные - от фестиваля настольных игр и активных перемен до различных тренингов и конкурсов. Это требует ответ-

ственности, энергичности, новых идей и вдохновения, терпения и усидчивости - всех тех качеств, которые присущи каждому из волонтеров!

Наша волонтерская команда довольно большая, около двадцати человек, и все мы опора и поддержка друг для друга! Быть волонтером - это, конечно, труд, нехватка времени и иногда сил и нервов, но это и возможность обрести новых замечательных друзей, найти себя, прокачать навыки, а возможно, и определиться с профессией!

Каждый из нас проходил обучение, и благодаря этому я стала менее конфликтной и вспыльчивой. Примиряя других, ты сам невольно становишься склонен к мирным решениям сложных ситуаций. Но мы все еще учимся проводить примирительные встречи и круги сообщества, вести пу-



бличные мероприятия, а еще мы учимся учить других!

Я чувствую в себе готовность помогать людям, я всегда открыта к диалогу. Но и к работе над ошибками я стала относиться как к возможности развития. Раньше было иначе, я переживала. Сейчас мы обсуждаем, делим-

## Комментарий

**Елена ЕПИХИНА, куратор ШПС школы №2044:**

- У известного колумбийского писателя Габриэля Гарсии Маркеса есть такие строки: «Минута примирения дороже целой жизни, прожитой в дружбе». Даже между самыми близкими друзьями иногда возникают конфликты. Конфликт - это всегда нарушенная коммуникация между людьми. А в школе помимо конфликтов иногда происходят ситуации с нанесением урона: испорченные вещи, драки. Школьная служба примирения способна разрешить подобные ситуации.

Медиатор школьной службы примирения благодаря восстановительным технологиям помогает конфликтующим установить диалог, чтобы они могли обсудить возникшую ситуацию, открыто рассказать друг другу о своих чувствах, наладить отношения. Для меня как медиатора важно не то, что случилось, ведь на это уже никак нельзя повлиять, а то, какой выход из ситуации найдут конфликтующие, о чем договорятся, чтобы подобная ситуация не повторилась в дальнейшем.

В 2022-2023 учебном году в состав нашей школьной службы примирения вошли юные волонтеры - ученики 8-9-х классов. Ребята помогают в проведении кругов сообщества, классных часов «Учусь общаться», информируют о деятельности ШСП, участвуют в городском клубе «Диалог дружбы», проводят совместные мероприятия с юными волонтерами межрайонного совета директоров №6 СВАО. Вместе со взрослыми волонтерами они приобрели опыт разрешения настоящих конфликтов.

Для видеоролика, представляющего нашу службу, ребята сочинили такие строки:

*Если в школу неохота,  
В школе обижает кто-то,  
В раздевалке прячут вещи,  
Петя давал затрепчин,  
Если с другом ты подрался  
Или просто поругался,  
Не заводи конфликт в тупик,  
Хоть все сам решать привык.  
Обращайся без сомнения  
В нашу службу примирения,  
ШСП решит конфликт,  
Отношения сохранит.*

Активное участие юных волонтеров в работе школьной службы примирения помогает выстраивать в школе доброжелательное, комфортное, безопасное образовательное пространство.



ся своими проблемами, и становится легче. Тем более что в нашей команде действует принцип «Критикуешь - предлагай». И я правда стараюсь предлагать и реализовывать.

Я считаю, что такой путь приведет к сплоченности и взаимопониманию как в нашей школе, так и в других. Не важно, столица это или регион. Мы уже видим результаты нашей деятельности: ребята и учителя обращаются за помощью, учатся сами примиряться, проводить встречи и классные часы в формате круга и благодарят за помощь.

И это только начало, я уверена, вместе мы достигнем большего! В нашей школе уже формируется культура восстановительного подхода - ненасильственное разрешение конфликтов, ответственность и уважение. Значит, голос каждого будет услышан, и это наша общая заслуга!

**Дарья КОМАРОВА,  
ученица 8-го класса  
школы №1285, волонтер ШСП  
«Пазл доверия»**



Счастье - это когда тебя понимают.

Фильм «Доживем до понедельника»

**Общение в восстановительном подходе отличается от обычного общения, поскольку здесь важнее установить доверительный контакт с собеседником, расположить его к себе. Собеседник должен почувствовать, что вы его понимаете, что он в безопасности. Почему это важно? Если человек чувствует, что его слушают, относятся серьезно к его нуждам и потребностям, у него нет потребности защищаться. Только тогда можно начать искать выход из сложившейся ситуации.**

Помните, в фильме «Доживем до понедельника» герой пишет сочинение на тему «Что такое счастье», и у него всего одна строка в этом сочинении: «Счастье - это когда тебя понимают». Почему же герой пишет об этом как о недостижимой мечте? Потому что в реальной жизни понимать друг друга - это тяжелая работа. Считается, что даже способность человека представить себе, как одно и то же событие будет воспринято разными людьми, - это первый шаг к пониманию.

Ведущий восстановительной программы должен учитывать, что у каждого свое видение ситуации, но это не значит, что не будут найдены точки соприкосновения. Одна из задач ведущего - восстановить нарушенную коммуникацию между участниками конфликтной ситуации. Получается, чтобы все могли понять друг друга, а тем более прийти к общему решению, нужно учиться общаться.

Чтобы наше общение было эффективным, конструктивным, необходимо владеть определенными техниками коммуникации. Нередко этому мешают негативные чувства, а иногда даже и агрессия. Чтобы научиться общаться с людьми по-другому, требуется время.

Для начала нужно понять, что эффективная коммуникация - это осознанная коммуникация, прежде чем что-то сказать, надо подумать: «А для чего я это делаю, какая цель у меня?» Достоинство ответить, задеть, унижить или изменить поведение ученика, которое меня не устраивает? Не сам ученик, а его поведение. И здесь важно все: и как вы даете негативную обратную связь, и как приглашаете к беседе. Сравните:



## Восстановительный подход

### Секреты педагогического общения

- Давай поговорим с тобой о твоём плохом поведении!

Какая будет реакция в этом случае? Или:

- Давай поговорим с тобой о твоём излишне эмоциональном отношении к учителю математики.

- Я хочу поговорить с тобой о непростой ситуации, которая у тебя сложилась с твоим одноклассником.

Часто педагоги боятся говорить о своих чувствах, так как им кажется, что они становятся более уязвимыми. На самом деле считается, что демонстрация уязвимости, наоборот, иногда помогает, потому что так проще сопереживать.

Другой пример: ученик регулярно разговаривает на уроке. Цель педагога - скорректировать поведение, постараться сделать так, чтобы ученик соблюдал дисциплину. Вместо резкого замечания лучше воспользоваться техникой «я-высказывания»:

- Мне обидно, что меня не слушают, я потратила много сил, чтобы урок был интересным. Пожалуйста, будь внимательнее к тому, что я говорю. На мой взгляд, ты можешь быть более уважительным по отношению ко мне.

Но не всегда открытость своих чувств срабатывает. Например: - Я злюсь за то, что ты не сделал домашнее задание. Чтобы к понедельнику все выполнил.

Вряд ли ребенок отреагирует на эту фразу положительно. Лучше:

- Я злюсь, что ты не сделал важные задания, потому что рассчитывала на следующем занятии дать новый материал.

И далее не приказ, а просьба: - Выполни, пожалуйста, работу к понедельнику.

Задача педагога - уважать других, при этом добиваясь уважения к себе. При этом важно

постараться выстроить в классе такое взаимодействие между учащимися, в котором каждый ребенок мог бы научиться выражать свои мысли и чувства, при этом уметь слушать и слышать

**Елена ЛАВРИНЕНКО,**  
директор школы №1363:

- В нашей школе с момента образования комплекса существует школьная служба примирения, которая успешно ведет свою работу на протяжении нескольких лет.

Я как директор стараюсь всегда приглашать специалистов ШСП при обращении ко мне родителей в случае возникновения конфликтной ситуации или спорного вопроса. Восстановительный подход, технологиям которого очень доверяют родители, помогает нам разрешать спорные вопросы. Даже в случае возникновения конфликта вне школы они могут обратиться к нам за помощью.

В нашей практике был случай, когда родители поссорились друг с другом в метро. Не найдя взаимопонимания, конфликтующие стороны обратились ко мне с просьбой помочь им урегулировать ситуацию. Общими усилиями конфликт был успешно разрешен на совместной встрече со мной и родителями и при участии нашего специалиста ШСП. Мы нашли выход из сложившейся ситуации, коммуникация между родителями была восстановлена.

Сейчас в нашей школе классные руководители активно обучаются восстановительным технологиям не только на курсах повышения квалификации, но и в рамках нашего учреждения. Специалисты ШСП проводят профилактические мероприятия для детей: классные часы, круги-сообщества, развивающие занятия «Учусь общаться», а для педагогов - семинары-практикумы по теме «Восстановительные технологии в работе педагога и классного руководителя».

С появлением ШСП в нашей школе все меньше конфликтов разрешается административным путем, что не может не радовать. В этом году наши ученики - волонтеры ШСП уже принимают участие в разрешении конфликтных ситуаций в паре со взрослым специалистом, помогают проводить мероприятия для обучающихся начальной школы в рамках этого подхода.

В дальнейшем я по-прежнему буду поддерживать развитие ШСП, мы планируем обучить восстановительным технологиям весь педагогический состав школы. Восстановительный подход помогает создавать безопасную образовательную среду, где каждый будет услышан.

**Андрей СОРОКИН,** директор школы №305:

- Один из важных акцентов воспитательной работы нашей основной образовательной программы - развитие волонтерского движения, формирующим направлением которого стало участие учеников в школьной службе примирения.

других, выполнять правила и социальные требования, самостоятельно контролировать свое поведение и быть ответственным по отношению к себе и другим.

Успешность работы педагога в большой мере зависит от уровня сформированности его умений общения. Эффективная коммуникация поможет разрешать трудные жизненные ситуации. Например, сказать нет, когда другие принуждают совершать что-то плохое, если тяжело - попросить о помощи, не прибегая к противоправным действиям, или найти конструктивное решение в конфликтной ситуации путем диалога.

Коммуникативные навыки - это универсальный инструмент. Никогда не поздно научиться владеть им более успешно. И тогда нормальное человеческое общение станет не роскошью, а обычной ежедневной нормой, а среда, в которой живут и развиваются наши дети, - более безопасной.

**Лариса ЯРЫГИНА,**  
социальный педагог Городского психолого-педагогического центра Департамента образования и науки города Москвы

### Комментарии

Работа службы играет важную роль в формировании мягких навыков у наших школьников. От того, как ребенок справляется с каждым из перечисленных контекстов формируемых навыков, так называемых soft skills (умения слушать, высказывать свои чувства и эмоции, договариваться), зависят его учебная и профессиональная успешность, дальнейшая реализация в профессиональной отрасли. Проведение процедур примирения помогло достичь определенных результатов в воспитательной работе.

Во-первых, мы отметили снижение количества конфликтных ситуаций, а также травматизма вследствие неаккуратного взаимодействия детей друг с другом. Безопасность образовательного процесса обеспечивается бережным отношением детей к сверстникам. Через программы примирения они учатся общаться и разрешать конфликт безопасным образом.

Во-вторых, важный для нас показатель - отсутствие повторных правонарушений среди обучающихся, состоящих на профилактическом учете. Участие в процедуре примирения - достойный, а иногда и единственный способ разрешения конфликтной ситуации, в которой оказался ребенок. Дети научатся сами выходить из трудной ситуации, если дать им возможность на равных участвовать в решении конфликта, прислушиваться к их мнению.

Все люди разные, поэтому зачастую конфликтов не удастся избежать, это одно из условий развития человека в обществе. Но важно научиться преодолевать их мирным путем. Программы примирения, конечно, не волшебная палочка, которая миглом уладила бы все споры, однако благодаря им можно в определенной мере снизить уровень подростковых правонарушений. Таким образом, мы помогаем детям на ранних стадиях, чтобы они не совершали правонарушения и не попадали в сложную жизненную ситуацию в дальнейшем.

**Галина АЛЯБУШЕВА,** директор школы №625:

- Школьная служба примирения играет важную роль в деятельности нашей школы. На ее основе строится работа по выявлению и предотвращению конфликтных ситуаций. В школьной службе примирения задействованы все участники образовательного процесса - дети, родители и учителя.

Участие наших ребят в деятельности школьной службы примирения обеспечивает прекрасные возможности для демонстрации их социальных и лидерских качеств, а также способствует успешной социализации.

Навык медиации позволяет ребятам договариваться в любых ситуациях, положительно влияет на их способность к самоконтролю и пониманию ответственности за свои поступки.





# Волнению - нет!

**Как психологи поддерживают учеников и родителей в период подготовки и сдачи экзаменов**

**Экзамен - важное событие в жизни как учеников 11-х классов, так и их родителей и педагогов. Чтобы пройти этот этап успешно, подростку важно не только выделить достаточно времени для подготовки, повторения и закрепления учебного материала, но и уделить внимание психологическому настрою.**

Психологическую подготовку к экзамену входят различные параметры: умение различать свои эмоциональные состояния и управлять ими (например, волнением в ситуации экзамена), знание особенностей познавательных процессов и умение применять техники для их оптимального функционирования (например, умение концентрироваться на задаче в течение длительного времени, не отвлекаясь на другие факторы), уровень мотивации и позитивный настрой, наличие альтернативных вариантов и временная перспектива. Для того чтобы помочь подросткам, а также их родителям и педагогам справиться с волнением в период экзаменов, определить их сильные стороны, внутренние ресурсы и потребности, специалисты Городского психолого-педагогического центра разработали программу психологической подготовки к ЕГЭ. Ее особенность заключается в комплексном подходе: психолог работает не только с подростками, но и с родителями и учителями.

Программа рассчитана на 1-3 недели и подразумевает групповую форму работы. Ее продолжительность 6 часов, из которых в равной мере уделяется внимание ученикам, родителям и педагогам. В результате этих занятий подростки получают информацию о ресурсах получения психоло-

гической помощи и научатся использовать способы эмоциональной саморегуляции для снижения экзаменационной тревожности. В свою очередь родители и педагоги будут знать о конструктивных стратегиях взаимодействия с детьми в период ЕГЭ.

Занятие с подростками проходит в игровом формате. Для знакомства ведущие организуют игры-разминки или упражнения для установления контакта и создания доброжелательной атмосферы и благоприятного социально-психологического климата



в группе. Затем проходит основная часть тренинга, которая длится 90 минут. Среди упражнений, которые подростки выполняют под руководством специалистов, «Квадрат Декарта», «Рабочее волнение», «Характер и экзамены», «Мой чек-лист».

Последние 10 минут встречи - заключительная часть, во время которой подростки подводят итоги занятия, получают раздаточный материал с простыми, но эффективными способами борьбы с волнением, а также заполняют тест-опросник. Его результаты

могут быть использованы при организации дальнейшей психолого-педагогической работы с учениками.

В ходе тренинга специалисты выявляют детей, которым необходима индивидуальная поддержка. Для ее реализации существуют единые методы, которым специалисты Городского психолого-педагогического центра обучают педагогов-психологов школ. Ежегодно по пятницам в рамках работы психолого-педагогической службы межрайонного совета директоров проводится интервизия, где педагоги обмениваются опытом, совместно решают кейсы, обсуждают наиболее эффективные технологии работы с учениками. Дальнейшая психолого-педагогическая поддержка детей заключается, в частности, в наблюдении за динамикой их эмоционального состояния, а также в помощи классному руководителю в формировании поддерживающей среды в классе.

Для родителей тренинг также длится 90 минут, но проводить его можно в онлайн-формате. Тема встречи «Психологическая подготовка детей к экзаменам:

что важно знать и уметь родителям». В ходе диалога с родителями, организованным классным руководителем или педагогом-психологом, участники знакомятся с факторами, влияющими на успешность сдачи экзаменов, и обсуждают причины, которые мешают ребенку успешно подготовиться к экзаменам. Также во время беседы родители узнают, какие приемы и техники можно использовать, что можно сделать, чтобы помочь школьнику в процессе подготовки к экзаменам, и выстраивают алгоритм поддержки своего ребенка накануне и в день экзамена.

Тема встречи для педагогов звучит аналогичным образом - «Психологическая подготовка обучающихся к экзаменам: что важно знать педагогам». Во время занятия педагоги обсуждают основные причины переживаний выпускников в период подготовки и проведения экзаменов, а также факторы, влияющие на результат. На очной встрече участникам предлагается упражнение «Ресурсы учителя в помощь обучающимся», во время выполнения которого они исследуют вопросы: «Чем я могу помочь обучающимся при подготовке к ЕГЭ?», «Какие мои действия могут ухудшить результаты обучающихся?». Еще одно полезное упражнение - «Разбор кейсов». Во время него педагоги проживают описанные ситуации (кейсы) и вырабатывают конкретные рекомендации по оптимальным стратегиям поведения в них.

В результате программы психологической подготовки подростки учатся навыкам эмоциональной саморегуляции в напряженных жизненных ситуациях, узнают о себе и своих сильных сторонах. А родители и педагоги получают знания о конструктивном взаимодействии с детьми и способах их поддержки в непростое для них время.

**Инесса ФОКИНА,  
Анастасия КУЗНЕЦОВА,  
заместители директора  
Городского психолого-педагогического центра  
Департамента образования и  
науки города Москвы**



**Ключевая тема у школьников в 11-м классе - единый государственный экзамен. Для того чтобы успешно пройти это испытание, ребенку нужно не только приложить определенные усилия в учебе, но и уделить внимание эмоциональному настрою.**

# Эмоции зашкаливают

**Если уметь обращать внимание на свои эмоциональные состояния, то принять правильные решения будет проще**



только опыт практического применения в похожих ситуациях помогает эффективно использовать различные техники. Именно для приобретения такого опыта проводятся тренировочные экзамены. Для некоторых ребят хорошо подходят различные техники «заземления» волнения, его снижения. Например, техника «5-4-3-2-1». Когда в ситуации эмоциональной напряженности кажется, что из-за тревожности теряется контроль над ситуацией, можно сознательно переключить внимание на процессы восприятия. Оглянитесь вокруг и найдите 5 вещей, которые можно видеть, - стол, экзаменационный бланк, книги в шкафу у стены, окно, ручку. Затем стоит обратить внимание на 4 объекта, к которым можно прикоснуться, 3 звука,

которые можно слышать, 2 вещи, запах которых можно почувствовать, и 1 предмет, который можно попробовать на вкус. Для других ребят будет важно умение вспомнить учебный материал в нужный момент. Здесь будут полезны различные техники запоминания, освоить которые стоит заранее с педагогами-психологами в школе или психологическом центре.

**Что ребенок уже умеет, чтобы успешно сдать экзамен**

Опора на прошлый успешный опыт сдачи экзаменов поможет повысить уверенность в собственных силах. Планирование подготовки в течение года, месяца или дня, выбор стратегий при выполнении заданий в различных контрольных и проверочных работах позволяют развивать и совершенствовать навыки рас-

**П**сихологическую готовность ребенка к экзаменам можно определить по трем параметрам: что ребенок знает об экзамене, что он чувствует в отношении экзамена, что уже умеет, чтобы успешно сдать экзамен. Рассмотрев каждый блок и восполнив пробелы, можно повысить уверенность в себе и своих силах.

**Что ребенок знает об экзамене**

Это уровень знаний школьника и успешная адаптация к процедуре тестирования. Как правило, обучающиеся уже имеют представление о своих знаниях по предметам, а прохождению пробных экзаменов помогает сформировать оптимальный уровень ожиданий к потенциальному результату. Консультации педагогов по предметам помогут проработать темы, которые вызывают сложности, ведь зачастую чем лучше отработан учебный материал, тем ниже тревожность на экзамене.

Подробное изучение процедуры проведения экзамена, содержания всех этапов, четкое представление о том, как устроены тестовые задания, прохождение пробных диагностических работ позволяют получить максимальный объем информации о самих экзаменах, успешно адаптироваться и сосредоточиться на успешном выполнении экзаменационных заданий.

Чтобы будущие выпускники смогли быстро найти полезную информацию, на портале «Школа. Москва» создан специальный раздел «Готовимся к ЕГЭ». Здесь собраны онлайн-ресурсы для подготовки к экзаменам, советы психологов для родителей, выпускников и педагогов, подборки полезных материалов в МЭШ, а также информация про новый формат подготовки к экзамену в московских школах.

**Что ребенок чувствует в отношении экзамена**

Не менее важный параметр психологической подготовки - ответ на вопрос, что ребенок чувствует в отношении экзамена. Экзамен может вызывать целый спектр эмоций и чувств. Волнение - это нормально, потому что каждому человеку необходимо время, чтобы сориентироваться и выработать конструктивные стратегии решения новых задач. Проходя пробные экзамены, можно понять, какие возникают эмоции и на каких этапах. Волнение на этапе подготовки, переживания по поводу распределения времени, беспокойство на самом экзамене или, наоборот, после него? Если уметь обратить внимание на свои эмоциональные состояния, то принять правильные решения будет проще.

Можно изучить множество способов эмоциональной саморегуляции и знать их в теории, но



предления времени и во время экзамена.

Важно умение организовать оптимальный режим дня. Полноценный отдых способствует созданию физиологического ресурса для эффективной и продуктивной работы. Умение видеть и использовать собственный опыт и навыки тоже становится важным ресурсом для выпускников в подготовке к экзаменам.

**Оксана ГОЛЕРОВА,**  
педагог-психолог Городского  
психолого-педагогического  
центра Департамента  
образования и науки города  
Москвы

**P.S.** Составить карту психологических ресурсов школьника и увидеть его сильные стороны можно самостоятельно или с помощью психолога. Записаться на консультацию к специалисту можно бесплатно в ГППЦ на сайте центра или позвонив по телефону 8 (800) 250-11-91.

**Экзамены - это период волнений и переживаний для школьника. Чтобы хорошо подготовиться к ЕГЭ, необходимо правильно распределить силы и время. Чем раньше человек начинает подготовку к любому экзамену, тем лучше. И к одному из самых важных экзаменов в жизни школьника начинать готовиться лучше заранее.**

**В**от несколько секретов, как выпускнику прожить этот непростой, но важный этап жизни и успеть все, что запланировано.

#### **Порядок на столе - порядок в голове**

Для начала наведите порядок в вашей рабочей зоне: уберите с рабочего стола лишние вещи, удобно расположите все нужные предметы, учебники, пособия, ручки, карандаши. Пусть самое необходимое всегда будет под рукой.

#### **Определить свой уровень знаний**

Для того чтобы грамотно спланировать свой режим занятий, нужно понять уровень знаний. Это можно сделать, используя любой вариант из пособий по подготовке к ЕГЭ. Чтобы реалистично оценить свой стартовый уровень, старайтесь не использовать подсказки и не залезать за ними в Интернет. Если вам кажется, что вы не можете удержаться от соблазна подглядеть, попросите кого-то из близких побыть наблюдателем. Определите темы,

# Успеть все!

## Дюжина секретов успешной подготовки к экзамену

которые хромают больше остальных, именно на них стоит сделать основной упор при подготовке.

#### **Эффективное планирование**

Еще один секрет успешной подготовки к экзамену - составление плана занятий. При этом важно разделить задачи по степени важности: очень нужные, средние и не очень нужные. При визуализации плана занятий легче отследить, сколько тем осталось повторить или пройти, сколько времени осталось до экзамена, насколько плотно загружен ваш день.

#### **Определите, с чего вам легче начать**

Рекомендуется начинать с более сложного, а более легкое оставлять напоследок. Однако если раскататься вам все-таки не легко, попробуйте начать с материала, который для вас наиболее интересен. Затем переходите к более сложным темам и предметам.

#### **Чередуйте занятия и отдых**

Чаще всего школьникам рекомендуют использовать правило одного часа при изучении тем: после 45-минутной усердной работы стоит сделать перерыв на 10-15 минут. В период отдыха лучше всего сменить вид дея-

тельности - сделать небольшую зарядку, размять мышцы, выпить воды, погладить питомца. А вот отвлекаться на гаджеты и социальные сети не стоит: велик соблазн зависнуть в них надолго.

#### **Обойдитесь без зубрежки**

Еще один полезный момент: не нужно стремиться залпом прочитать весь материал и запомнить наизусть. Для понимания материала лучше структурировать, а значит, немного его «упростить»: разбейте сложные элементы на несколько более легких. Человеческий мозг устроен так, что он лучше запоминает информацию, которая разложена по полочкам.

#### **Относитесь с уважением к своему организму**

Наблюдайте за своим самочувствием, постарайтесь не доводить себя до переутомления. Обращайте внимание на питание: во время интенсивного умственного напряжения человеку необходимы разнообразная пища и сбалансированный комплекс витаминов. Пейте больше воды. Соблюдайте режим подготовки, не доводите занятия до перегрузок, поэтому разумно чередуйте занятия и отдых, питание, нормальный сон, пребывание на свежем воздухе. Социальные сети, фильмы и игры для вас не под запре-

том, но не злоупотребляйте ими. Если оторваться от гаджетов и развлечений сложно, поставьте будильник, как прозвучит сигнал, снова приступайте к занятиям.

#### **Эффективно используйте консультации учителей**

Приходите на встречу с учителем максимально подготовленным: четко формулируйте вопросы, внимательно слушайте ответы, старайтесь все фиксировать на бумаге или в заметках в телефоне, не бойтесь переспросить или уточнить, если не до конца что-то понимаете.

#### **Правильные установки**

Сложно оставаться спокойным, когда все вокруг тебя - одноклассники, родители и учителя - говорят преимущественно об экзаменах и подготовке к ним. Тем не менее постарайтесь не концентрироваться на негативных мыслях, не акцентировать свое внимание на негативных сценариях, не занижать свою самооценку. Экзамен - лишь один из этапов в вашей жизни, верьте в себя и свои силы при любом жизненном сценарии.

#### **Тренировки и тестирования**

Выполняйте как можно больше различных тестов по тому пред-

мету, который вы выбрали для сдачи ЕГЭ. Вы сможете ознакомиться с разными конструкциями заданий. Тренируясь, всегда засекайте время, чтобы определить, сколько вам требуется на выполнение того или иного задания.

#### **Повторение - мать учения**

Помните, что повторять пройденный материал, для того чтобы он легче остался в вашей памяти, рекомендуется несколько раз, после того как вы его изучили. Поэтому обязательно нужно уделить время на повторение в течение дня и каждый вечер перед сном. За 30 минут до того, как вы ляжете в постель, полезно повторить все, что изучили за день, а потом на свежую голову утром.

#### **Финишная прямая**

Вечером накануне экзамена пусть у вас будет вечер тишины. Не стоит за одни сутки пытаться зазубрить всю оставшуюся информацию. Полезнее погулять на свежем воздухе, принять душ, лечь спать пораньше, выспаться как можно лучше, чтобы встать отдохнувшим, с ощущением силы и боевым настроем. По пути на экзамен не стоит проигрывать в голове негативные сценарии своего провала. Верьте в себя и свои силы!

*Ольга МАНУКЯН,  
специалист Городского  
психолого-педагогического  
центра Департамента  
образования и науки  
города Москвы*

**Что делать, если полученный на экзаменах результат оказался не таким, как вы предполагали, и теперь реальность не соответствует ожиданиям? Как перестать переживать по поводу баллов и начать действовать? Как справиться с эмоциями и быстро найти план Б, даже если его не было раньше?**

#### **Ваша личность не равна вашей оценке**

Если даже балл ниже, чем вы предполагали, надеялись, мечтали, это не является оценкой ваших личностных качеств. От величины ваших баллов никак не изменятся количество настоящих друзей, любовь близких. Балл ЕГЭ - один из промежуточных этапов, и еще неизвестно, может, именно он поможет вам в будущем встретиться с чем-то прекрасным на своем пути.

#### **Ищите и получайте поддержку**

Если вы чувствуете, что самостоятельно вам сейчас сложно совладать со своим эмоциональным состоянием, вас переполняют различные чувства, поделитесь тем, как вам сейчас, со своими близкими, друзьями, поговорите со своими учителями, классным руководителем, специалистом-психологом. Иногда о чувствах важно просто сказать вслух, чтобы лучше разобраться в том, что происходит. Это позволит осознать происходящее, успокоиться и начать действовать дальше.

#### **Проживайте эмоции качественно, но ограничьте себя во времени**

Если по каким-то причинам говорить ни с кем не хочется или нет возможности, установите себе определенный срок для переживаний. Например, ограничьте себя промежуток в 2-3 дня. Но уж, пожалуйста, отнеситесь к этой задаче со всей ответственностью. Составьте список тех чувств, которые вы испытываете, нари-

# Переживать не эффективно

## Спокойствие и только спокойствие

суйте или станцуйте каждую из эмоций, подберите для нее подходящие цвет, звук, движение. А еще помните, что вы всегда больше, чем ваши эмоции. И можно позволить им просто быть, просто следить за тем, какие изменения происходят, если наблюдать за ними.

#### **Возьмите ситуацию в свои руки**

Итак, продолжать переживать дальше - непродуктивная трата времени. Сама по себе ситуация не изменится, менять ее предстоит самостоятельно. Мудрец сказал: «Когда закрывается одна дверь, открывается другая». Наша жизнь полна

возможностей для самореализации, просто надо вовремя их увидеть и использовать. Возьмите бумагу, ручку или включите гаджет. Вам предстоит кропотливая работа: запишите советы друзей и родственников о дальнейших действиях, подумайте сами о перспективах на будущее. В итоге получится несколько вариантов развития событий. Выделите для каждого утверждения лист бумаги А4, расчертите его на две колонки, в одну из которых вы будете записывать плюсы, а в другую - минусы такого решения. Например, варианты могут быть такими (обязательно придумайте свои):

- Больше никогда не буду учиться, устройсь на работу, деньги нужнее.

- Поищу в Интернете информацию о других вузах, в которых моих баллов хватит для поступления.

- Специальность, на которую хотел учиться, не единственная, которая мне нравится. Попробую поступить на другую специальность.

- Поступлю сначала в колледж, получу профессию быстрее, чем в вузе. А потом можно пойти работать, а в вуз поступить на заочное отделение.

Когда у вас перед глазами будут разные варианты развития событий, ситуация перестанет быть тупиковой. Выход есть, и он всегда не один. Посчитайте плюсы и минусы каждого варианта и выберите тот, который наиболее приемлем для вас сейчас.

#### **Составьте план действий**

Итак, вы выбрали определенный план, осталось продумать детали. Составьте пошаговую инструкцию по реализации выбранного варианта. Очень важно составить даты (определить дедлайн), это позволит не пропустить сроки, структурировать дальнейшие шаги, не даст разлениваться.

Схема «взять эмоции под контроль - определить несколько вариантов развития событий - составить план действий» применима не только к случаю с ЕГЭ, но и к другим жизненным ситуациям.

*Барбара ЛАВРЕНТЬЕВА,  
психолог Городского психолого-педагогического центра Департамента образования и науки города Москвы*





# Сложные темы в игровом

**Зазеркалье социальных сетей, манипуляции в отношениях**

**Проект «Классный час» специалисты Городского психолого-педагогического центра реализуют второй год. В его рамках лучшие педагоги-психологи, победители профессиональных конкурсов проводят в онлайн-формате классные часы для школьников.**

В проекте принимали участие не только московские педагоги, но и классные руководители из регионов РФ. Более 3000 школьников посетили коуч-сессии, а многие школы посетили онлайн-встречи несколько раз на протяжении всего учебного года.

По материалам проведенных коуч-сессий создаются классные часы в библиотеке МЭШ. Сценарии классных часов и другие материалы специалистов ГППЦ можно найти под тегом #классная психология.

## Тематика классных часов

В основе всех классных часов - самые востребованные и волнующие подростков темы и вопросы. За время существования проекта в свет вышли самые разные классные часы, среди которых - «Манипуляция в отношениях: хорошо это или плохо, как ее распознать», «Как съесть лягушку, или Успешно сдать экзамены», «Новый год: как все успеть и ничего не упустить?», «Дружба и любовь: в чем разница и как отличить?», «Как сделать так, чтобы мечта



сбылась», «Зазеркалье социальных сетей: формирование горизонтов желаний», «Правила гармоничных отношений», «Ребята, давайте жить дружно. Конфликты и пути их решения», «Феномен популярности: секрет 100% успеха». Такие встречи помогают школьникам учиться грамот-

но справляться с возникающими в жизни сложностями, прокачивать навыки личной эффективности, используя различные психологические инструменты.

Особой популярностью у детей пользуется сценарий «Тролли, и где они обитают, или Как не дать испортить себе настрое-

ние» (ID 2509023). Герои коуч-сессии - сказочные литературные тролли, превратившиеся в современных онлайн-созданий, которые оставляют в Интернете неприятные комментарии. На классном часе дети узнают о видах современных троллей и их привычках, а главное - приобретают навыки правильного взаимодействия с ними. В конце участникам предлагают простой, но эффективный алгоритм общения с троллями в Сети.

Не менее любимым у школьников и педагогов стал сценарий «Правильный выбор: как взвесить все «за» и «против» (ID 2532817). На этом занятии участники учатся преодолевать страх принятия решений, нести ответственность за свой выбор и не бояться совершать ошибки.

## Как принять участие в проекте?

### 1-й шаг

Классный руководитель может выбрать интересующую его тему и дату проведения коуч-сессии на странице ГППЦ в социальных сетях или на сайте центра в разделе «Проекты для классных руководителей».

В новостной ленте на странице ГППЦ в ВКонтакте за две недели до предполагаемой даты проведения размещается анонс, который содержит форму для регистрации.

### 2-й шаг

Непосредственное участие классного руководителя со своим классом в коуч-



сессии. Коуч-сессия проходит дистанционно на платформе Microsoft Teams.

### 3-й шаг

Авторы разрабатывают по мотивам коуч-сессии сценарий классного часа и размещают его в библиотеке МЭШ. На этом этапе сценарий становится доступным для самостоятельного проведения другими педагогами. Информация о том, что очередной сценарий размещен в библиотеке, также появляется на странице ГППЦ в ВКонтакте.

### 4-й шаг

Параллельно с этим проходят онлайн-консультации классных руководителей и педагогов-психологов по проведению классных часов или другим готовым сценариям, а также по разработке авторских материалов в библиотеке МЭШ.

### Что актуально сейчас?

В марте готовятся к выходу в свет классные часы для обучающихся 8-9-х классов «В двух метрах от чата», «Стереотипы в нашей жизни:

# формате

## и еще много всего интересного

как отличить факт от суждения», «О чем расскажет твой плейлист». Классный руководитель может зарегистрироваться на эти мероприятия на сайте ГППЦ в разделе «Классному руководителю» и в новостной ленте на странице в ВКонтакте.

### Проект «Классный час в МЭШ»

Проект «Классный час в МЭШ» реализуется для классных руководителей, педагогов-психологов и всех, кто хочет наполнять базу МЭШ полезными разработками по направлению «Классный час». В рамках проекта за прошедший год приняли участие свыше 5000 педагогов из Москвы и регионов РФ. Сейчас в библиотеке размещено более 350 сценариев по направлению «Классный час».

На еженедельных консультациях у участников есть возможность обсудить процедуру модерации, требования к материалам, задать вопросы. Для тех, кто делает только первые шаги, специалисты рассказывают про актуальные темы, формы, идеи для будущих электронных материалов. Единый день консультаций по всем проектам - вторник. Требуется предварительная регистрация на сайте [go.gppc.ru](http://go.gppc.ru).

### Вебинары для классных руководителей

Специалисты Городского психолого-педагогического центра также проводят для классных руководителей тематические вебинары.

В этом учебном году был проведен вебинар - классный час «Пространство контакта», на котором ведущие поделились со столичными классными руководителями эффективными приемами создания психологически безопасной образовательной среды. В таком формате мероприятия проходило впервые. Задачей специалистов было дать возможность классным руководителям посмотреть на привычный формат классного часа под необычным углом: быть не его инициатором, а участником. Это позволило оценить реальную эффективность различных форм работы.

Около 1000 классных руководителей, принявших участие в коуч-сессии, не только получили инструменты для работы с коллективом школьников, лайфхаки по организации комфортного психологического пространства для детей разных возрастов, но и узнали больше о приемах создания комфортной обстановки в классе и школе, способах эффективного взаимодействия детей и взрослых, попробовали на практике новые форматы организации совместной деятельности.

**Анна ТРАФЛЯПИНА,**  
специалист Городского психолого-педагогического центра Департамента образования и науки города Москвы

## Комментарии

**Олеся ЖДАНОВА, педагог-психолог, руководитель СППСС школы №1987:**

- С ребятами 6-го класса мы принимали участие в коуч-сессии «Как все успеть и ничего не упустить». Ребятам понравилась тема, и они с удовольствием обратили внимание на некоторые приемы организации своего времени.

Формат интерактивный, что сразу привлекает внимание. Дети были активно включены в обсуждение, многие решили подключиться со своих телефонов, чтобы общаться со спикерами в чате. Интересно было наблюдать за детьми, особенностями их взаимодействия. Для меня ценно, что можно не только включить детей в работу, но и самой перенять инструменты, которые я могу использовать впоследствии на своих уроках. Коуч-сессии считаю полезным опытом, ведь детям близок онлайн-формат, а в данном случае он не отвлекающий,

а образовательный и воспитательный. Готовы участвовать в новых встречах.

**Светлана ШУШУКИНА, учитель, классный руководитель школы №8 г. о. Ступино Московской области:**

- В ноябре мои первоклассники приняли участие в коуч-сессии «Внимание, внимание! Первоклассные задания!». Занятие проводили опытные педагоги-психологи, которые смогли увлечь ребят. Дети, родители и учителя получили практические рекомендации по развитию внимания. А ребята смогли еще и подружиться, выполняя задания все вместе.

Важно было, что принять участие в классном часе могли и те ребята, которые не по болезни не были в это время в школе. По ссылке с помощью взрослых дети зашли на встречу и работали в чате. Так, Наташа, которая принимала участие из дома, потом обсуждала занятие вместе с ребятами и была в теме классного часа. В этот период адаптации ребенка в школе очень важно не отставать от всего класса, знать, что в классе происходит. Ученица моего класса Валя рассказала:

- Мне понравилось, что когда мы считали, сколько раз появится Галчонок (персонаж одного из классных часов), то делали это все вместе. Ребята считали, а мне поручили ставить «галочки», и мы все вместе смогли все правильно угадать.

- А мне понравилось, что я быстро нашла правильные следы дракончика! И еще то, что там были Фиксики и мы с ними делали зарядку! - делится впечатлениями София.

Хорошо, что сценарий этого классного часа есть в МЭШ, при необходимости можно его использовать и рекомендовать коллегам.

**Ирина ЛЕБЕДЕВА, куратор группы, преподаватель колледжа автоматизации и информационных технологий №20:**

- Со студентами группы, где я являюсь куратором, мы приняли участие в коуч-сессии «Властелин эмоций». Я в восторге! Использование видеоматериалов и интерактивных заданий захватило наше внимание. Мы с интересом следили за тем, как развиваются события. Мне удалось еще и понаблюдать за тем, как ребята работают: все вместе или больше индивидуально. Важно, что ребята могут выходить на эти встречи с индивидуальных устройств и самостоятельно выполнять задание, а потом делиться мнением и впечатлениями.

Подобранные видеоматериалы современные и понятны подросткам. Они много времени проводят в Интернете, форма коуч-сессии соответствует современным тенденциям. Даже те темы, которые уже знакомы некоторым ребятам, воспринимались с большим интересом. Это была первая коуч-сессия, где мы смогли поучаствовать. Теперь с нетерпением ждем следующую встречу.

# В центре внимания - Москва

## Побывать в роли сценариста, режиссера, корректора, художника, мультипликатора

**Что такое классный час в современной школе? Это живое общение с детьми, возможность обсудить то, что их волнует, встречи, на которых можно помочь детям лучше понять себя и окружающих.**

Единая образовательная платформа «Московская электронная школа» предоставляет возможность сделать классный час познавательным, интерактивным, высокотехнологичным и поэтому интересным современным ученикам.

В библиотеке МЭШ уже размещены сценарии классных часов, разработанные специалистами Городского психолого-педагогического центра. Это занятия, посвященные темам любви, дружбы, бесконфликтного общения. Сценарии подобраны так, чтобы школьникам было понятно, как устроена психология человека, как научиться управлять своим поведением, как ставить перед собой реалистичные цели и достигать их, как развивать собственные способности.

Один из таких сценариев называется «В центре внимания - Москва». Он входит в цикл классных часов, направленных на расширение представлений учеников об особенностях познавательных процессов человека с точки зрения нейрпсихологии. С его помощью ребята могут узнать об особенностях внимания. Путешествуя по Москве вместе с туристкой Элен, выполняя интересные и познавательные интерактивные задания, дети узнают про свойства внимания, для чего они нужны нам в учебе и повседневной жизни, как их можно тренировать. Одновременно решается познавательная задача: дети знакомятся с объектами и достопримечательностями столицы.

С чего же начинается проектирование классного часа? Вот некоторые вопросы, на которые нам необходимо было ответить перед тем, как приступить к созданию сценария.

### На какой возраст рассчитан классный час?

Мы приняли решение, что наш классный час будет ориентирован на младший подростковый возраст. Это непростой этап в развитии ребенка. Изменения, происходящие в организме младших подростков, связанные с нейроразнокринной перестройкой, способны снижать возможности физиологической и психологической адаптации и ухудшать когнитивные возможности. Внимание может становиться непродолжительным и неустойчивым, может ухудшаться память. Замедляется скорость реакции, часто речь становится краткой, стереотипной, замедленной, могут наблюдаться трудности с пониманием информации на слух. Также подросткам трудно контролировать проявление своих эмоций. Именно поэтому младшим подросткам важно понимать особенности всех познавательных процессов и владеть эффективными инструментами их развития.

### Какую воспитательную задачу нужно решить?

Для определения ценностных ориентиров классного часа мы опирались

на положения Примерной программы воспитания для общеобразовательных организаций. Задачей нашего сценария стало воспитание готовности учеников к саморазвитию и личностному самоопределению, а целевыми ориентирами - наличие у ребят стремления к познанию себя и других людей, представления о закономерностях развития человека, желание использовать полученные знания и навыки.

### Какие формы организации деятельности детей использовать?

Структуру классного часа мы выстроили на основе знакомства со свойствами внимания: избирательностью, концентрацией, переключаемостью, распределением, устойчивостью и объемом. Возможности МЭШ помогли организовать каждый фрагмент сценария в соответствии с принципами системно-деятельностного подхода: когда дети не получают знания в готовом виде в форме пассивного восприятия, а добывают их сами в процессе собственной учебно-познавательной деятельности. Выполнение интерактивных заданий ведет к обсуждению каждого из свойств внимания, таким образом полученные знания усваиваются лучше.

Далее нам предстояло кропотливый этап - создание подходящих разнообразных упражнений. В этом помог конструктор интерактивных заданий LearningApps. Это замечательный универсальный инструмент для создания дидактических материалов. Он имеет множество шаблонов, на основе которых легко создавать интересные задания. Немаловажно, что созданные с помощью этого конструктора интерактивные модули полностью совместимы с МЭШ и легко интегрируются в сценарий. Нами были использованы такие шаблоны, как «Классификация», «Найди пару», «Филворд», «Викторина», «Парочки».

Особое внимание при создании сценария классного часа необходимо уделить поиску изображений и видео, подходящих под требования МЭШ: большое разрешение, четкость, эстетичность, отсутствие посторонних надписей и водяных знаков, соответствие возрастным требованиям и единой стилистике изображений. Некоторые иллюстрации создавались специально для сценария.

Создание сценариев в МЭШ - это не только творческий и увлекательный процесс, но и возможность повысить уровень своего профессионального мастерства. Можно попробовать себя в роли сценариста, режиссера, корректора, художника, мультипликатора и получить незабываемый опыт. А самое главное - это прекрасная возможность создавать материалы, которые будут полезны детям и педагогам.

Ознакомиться со сценарием классного часа «В центре внимания - Москва» можно на сайте библиотеки МЭШ (ID 2694772).

**Юлия ЕРЕМИНА,**  
педагог-психолог Городского психолого-педагогического центра Департамента образования и науки города Москвы



## Московские педагоги - особенным детям

**Как уникальная методика «Портаж» помогает развиваться и социализироваться ребенку с ОВЗ**

**Максимально раскрыть потенциал особенного ребенка и поддержать его семью - на это направлена социально-педагогическая система «Портаж». Эта уникальная методика была опробована в 20 странах мира и доказала свою эффективность. Российские специалисты все активнее применяют ее в работе с детьми с тяжелыми множественными нарушениями. В Москве площадкой для обучения педагогов этой технологии стал Городской психолого-педагогический центр.**

Очередной трехдневный семинар прошел в феврале 2023 года. По его итогам сформированы команды специалистов, которые уже внедрили методику «Портаж» в работу.

Методика уникальна, потому что, во-первых, она предполагает активное участие родителей особенного ребенка. Во-вторых, мы отталкиваемся не от того, что должен уметь ребенок в рамках своего возраста, а от его возможностей. Мы исходим из того, что малыш уже умеет, какие его сильные стороны, в каком направлении он может развиваться дальше. Мы работаем индивидуально с каждым ребенком. Большой плюс состоит в том, что мы работаем в команде. Она формируется из узких специалистов: логопеда, дефектолога, психолога. Каждый специалист чувствует плечо товарища по команде, наполняется новыми знаниями и умениями, узнает тонкости работы и добавляет их в свою профессиональную копилку, - рассказывает тренер методики «Портаж» из Пскова Наталья Мохова, специально приехавшая на семинар в Москву, чтобы передать опыт столичным педагогам.

Инициатором обучающих семинаров в Городском психолого-педагогическом центре Москвы, а также в других регионах России стал благотворительный фонд «Димина мечта». Его проект «Вместе получится» победил в конкурсе президентских грантов, благодаря чему уникальную технологию «Портаж» стали тиражировать, обучая специалистов в разных федеральных округах: Центральном, Дальневосточном, Приморском, Южном.

Технология «Портаж» позволяет прямо на местах сформировать команды специалистов, которые могут обеспечивать каждодневное развитие ребенка по разным направлениям: познавательная деятельность, двигательная активность, социализация, коммуникация и самообслуживание. Принципы работы этой методики гарантируют положительную динамику в развитии ребенка, расширяют родительские компетенции, способствуют профилактике эмоционального выгорания и родителей, и педагогов. Все, что мы делаем, направлено на развитие системы помощи в шаговой доступности, - сообщила директор благотворительного фонда «Димина мечта» Елена Володина.

В основу технологии заложено тесное взаимодействие с семьей особенного ребенка, когда между родителями и командой специалистов формируются партнерские отношения. Педагоги подсказывают родителям, как ежедневно заниматься с сыном или дочерью дома, показывают развивающие упражнения, объясняют, что занятие должно

проходить исключительно в игровой форме. Как отмечают специалисты, успех часто зависит от мотивации семьи.

- В наш центр обращаются за помощью большое количество семей, в которых воспитываются дети с тяжелыми множественными нарушениями. Меня очень заинтересовала система «Портаж», потому что она открывает более широкие возможности в работе с детьми. Прежде всего я планирую применять эту технологию для тех семей, где родители активно включены в процесс развития ребенка, так как им придется каждый день заниматься с ним. Если что-то не будет получаться, мы дадим рекомендации и советы, чтобы помочь ребенку сделать новые шаги в развитии, - поделилась участница обучающего семинара, учитель-логопед ГППЦ Елена Королева.

- В работе с детьми я использую разные технологии и постоянно обогащаю свой профессиональный опыт. Элементы системы «Портаж» планирую включать в работу с детьми с тяжелыми множественными нарушениями, в том числе с синдромом Дауна. Важно, чтобы родители были сами замотивированы. Только совместные усилия могут привести к положительному результату. Эта методика нацелена на успех и ребенка, и педагога. И это ощущение успеха будет мотивировать на дальнейшую работу, - рассказала участница семинара, педагог-психолог ГППЦ Надежда Марко.

Специалисты отмечают, что чем раньше начинается работа с ребенком, тем интенсивнее пойдет его развитие. Педагоги, применяющие методику «Портаж» уже несколько лет, с готовностью рассказывают истории успеха своих воспитанников.

- У нас был мальчик Ваня, он начал заниматься с 2 лет. Его мама была очень заинтересована в результате. Самый большой прорыв у Вани произошел в социализации и коммуникации. В результате занятий он научился взаимодействовать с людьми. И самое важное, что они его понимали. Ваня смог пойти в детский сад в группу кратковременного пребывания, общался с детьми и педагогами, стал активным ребенком, готовым к познанию окружающего мира, - вспоминает Наталья Мохова.

Акцент на успехе - еще одна особенность этой технологии. Его празднуют после каждого малейшего достижения в развитии. Сначала команда специалистов оценивает возможности ребенка и уже сформированные навыки, далее составляет траекторию развития, ставит долгосрочные и краткосрочные цели. Каждую цель дробят на еще более мелкую, давая возможность ребенку шаг за шагом двигаться вперед.

- У нас есть традиция - празднование успеха. Каждый маленький шаг, который сделал ребенок в своем развитии, достоин того, чтобы праздновать успех, - заключила председатель ассоциации «Портаж» Мария Машкова.

После февральских семинаров еще больше сотрудников ГППЦ освоили новую технологию и уже начали внедрять ее в свою ежедневную работу с особенными детьми. Отделения центра расположены в разных административных округах Москвы. Каждая семья, которая нуждается в психолого-педагогической помощи, может выбрать наиболее удобный адрес.

Ольга ЕГУПОВА

# Логопедический скрининг

**«Дар речи» позволяет выявить речевые нарушения у детей на ранней стадии**

**Московские педагоги и воспитатели смогут выявлять речевые нарушения у дошкольников и школьников на ранних этапах. Для этого им достаточно посетить обучающие вебинары специалистов Городского психолого-педагогического центра и получить сертификат об успешном освоении курсов логопедического скрининга «Дар речи».**

Скрининг был разработан экспертами центра совместно с ведущими вузами столицы для выявления детей, нуждающихся в логопедическом сопровождении и дальнейшем определении формы психолого-педагогического сопровождения. В вопросах речевого развития детей очень важно на ранней стадии выявить детей из группы риска и своевременно оказать им необходимую помощь, для того чтобы избежать трудностей в дальнейшем процессе обучения. Скрининг «Дар речи» позволяет воспитателям и педагогам самостоятельно проводить диагностику и определять ребят, которым показана консультация профильных специалистов.

Скрининг проводится для детей от трех до девяти лет в два этапа, каждый из которых имеет свое функциональное значение. На первом этапе воспитатель или учитель начальных классов заполняют речевые опросники. С их помощью фиксируются речевые характеристики ребенка, в том числе коммуникативные и грамматические навыки и разборчивость речи, при этом учитывается его возраст.

На втором этапе на детей, внесенных по результатам заполненных опросников в группу риска, протокол скрининга заполняет учитель-логопед. Он же вместе с родителями каждого ребенка определяет необходимость дальнейшей работы со специалистами. Эксперты отмечают, что при диагностике важно пройти оба этапа.

Достижение поставленной цели возможно только при проведении двухэтапного обследования, то есть разделить логопедический скрининг нельзя, так как каждый этап несет свою функциональную и содержательную нагрузку. Скрининг позволяет в короткие сроки охватить большое количество школьников или дошкольников, например целый класс. Если перед специалистом поставлены иные цели, например индивидуальное консультирование, тогда есть возможность разделить этапы скрининга. Так, учитель-логопед может использовать отдельно вторую часть в своей работе.

Опросники просты в использовании и интуитивно понятны. Так, например, при заполнении формы на ученика 2-го класса педа-

гогу нужно будет ответить на следующие вопросы: «Речь ребенка плавная, без судорожных запинок», «Ребенок справляется с составлением развернутого устного ответа на уроке», «Словарный запас ребенка позволяет ему осваивать программный материал», «Ребенок понимает прочитанное» и др.

Заполнение речевых опросников воспитателем или учителем начальных классов не должно вызывать каких-либо затруднений, ведь при подготовке педагогических кадров в вузах и колледжах изучаются специальные дисциплины, которые дают полное представление о закономерностях нормативного развития речи ребенка. Однако стоит подчеркнуть ведущую, направляющую и консультативную роль логопеда в ходе проведения всего скрининга. Логопед при необходимости может помочь с уточнением вопросов речевого развития и критериев оценки того или иного параметра.

Подробная информация для педагогов о проведении логоскрининга «Дар речи», инструкции, опросные листы и записи вебинаров размещены на сайте ГППЦ.

В пилотной версии логоскрининг уже был опробован еще в прошлом году участниками городского проекта «Ресурсная школа» и сразу зарекомендовал себя как удобный в использовании, понятный и, главное, универсальный инструмент логопедического обследования детей. С полной уверенностью можно сказать, что московские педагоги проявили интерес к скринингу, к возможности выявлять речевые нарушения у ребят уже с трехлетнего возраста. Сегодня логоскрининг доступен всем образовательным организациям столицы.

В январе 2023 года ГППЦ и Ассоциация родителей детей с дислексией пролонгировали соглашение о сотрудничестве. В него включили пункт о популяризации передовых методов логопедической диагностики.

Впервые соглашение о сотрудничестве между ГППЦ и Ассоциацией родителей детей с дислексией было подписано в 2019 году. За это время стороны выработали формы сотрудничества, наиболее полезные семьям, воспитывающим детей с особенностями развития. Ознакомиться с современными технологиями в логопедической работе, позволяющими детям преодолевать трудности речевого развития, чтения и письма, можно будет на ежемесячных вебинарах. Они пройдут как для профессионального сообщества, так и для родителей.

Ольга ЕГУПОВА,  
заместитель директора  
Городского психолого-педагогического центра  
Департамента образования и  
науки города Москвы

**У родителей детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью возникает множество вопросов о развитии, воспитании, обучении ребенка. Специалисты Городского психолого-педагогического центра в простой и доступной форме дают разъяснения по наиболее актуальным темам.**

**Какие школы сегодня обучают детей с ограниченными возможностями здоровья?**

Дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалидностью могут обучаться в любой школе по выбору семьи, как в коррекционной, так и в общеобразовательной. Это зависит от психофизических особенностей, индивидуальных возможностей и состояния здоровья конкретного ребенка. Право выбора школы, которую будет посещать ребенок, принадлежит родителям (законным представителям).

Дети с ОВЗ, имеющие те или иные нарушения (глухие, слабослышащие, слепые, слабовидящие, с тяжелыми нарушениями речи, нарушениями опорно-двигательного аппарата и другие), обучаются по адаптированным программам. Основанием для создания специальных условий для таких детей является заключение Центральной психолого-медико-педагогической комиссии города Москвы. Сейчас в большей части московских школ реализуются инклюзивные практики образования, когда дети с ОВЗ обучаются вместе с обычными учениками. Для детей создаются необходимые условия образования, они получают помощь квалифицированных специалистов, педагогов. Особенные дети включены в общую образовательную деятельность, они посещают уроки, кружки, экскурсии, участвуют в праздниках и олимпиадах.

**Какую психолого-педагогическую помощь может получить**

лог, педагог-психолог, социальный педагог, тьютор). Психолого-педагогическая помощь оказывается комплексно. Она направлена не только на ребенка, но и на других участников образовательного процесса - педагогов и родителей (законных представителей).

Бесплатную психолого-педагогическую помощь учителя-логопеда, педагога-психолога, учителя-дефектолога ребенок с ОВЗ может получить также на базе Городского психолого-педагогического центра. Его территориальные отделения расположены в каждом административном округе Москвы.

**Где найти информацию о дополнительном образовании: кружках, спортивных секциях, домах творчества для детей с ограниченными возможностями?**

Информация о спортивных кружках и секциях для детей с ОВЗ размещена на официальном сайте мэра Москвы [mos.ru](http://mos.ru) на странице Департамента спорта и туризма города Москвы в разделе «Инваспорт». На базе образовательных организаций Москвы реализуются программы дополнительного образования спортивной направленности, которые могут посещать дети с ОВЗ. Информацию о кружках и секциях можно найти на сайтах образовательных организаций Москвы.

Кроме того, дети с ОВЗ могут посещать культурно-массовые мероприятия. Ежемесячно на официальном сайте мэра Москвы [mos.ru](http://mos.ru) на странице Департамента культуры города Москвы публикуется информация о мероприятиях для детей с ОВЗ. Так-

**ограниченными возможностями здоровья?**

Выпускник со статусом «ограниченные возможности здоровья» (без интеллектуальных нарушений) получает такой же документ, как и его обычные сверстники, - аттестат об основном общем образовании, аттестат о среднем общем образовании. Выпускник со статусом «ограниченные возможности здоровья», обучавшийся по программам для лиц с интеллектуальными нарушениями, по окончании школы получает свидетельство об обучении.

**Как перевести ребенка с ограниченными возможностями здоровья на домашнее обучение?**

Если ребенок по состоянию здоровья не может посещать образовательные учреждения, то с согласия родителей (законных

представителей) для него создаются условия для обучения на дому на основании медицинского заключения. Для получения соответствующего заключения необходимо обратиться в детскую поликлинику по месту жительства. Заключение необходимо представить в образовательную организацию и написать заявление об обучении ребенка на дому на имя директора.

**В чем разница между формулировками «ребенку нужна психолого-педагогическая помощь» и «ребенку нужны специальные условия обучения»?**

Фраза «ребенку нужна психолого-педагогическая помощь» означает, что он может обучаться по основной общеобразовательной программе, но ему тре-

буются возможностями здоровья и нуждается в специальных условиях для получения образования. Специальные условия определяются Законом «Об образовании в РФ» №273-ФЗ.

**Кто решает, что ребенок является обучающимся с ограниченными возможностями здоровья?**

Такое решение принимает Центральная психолого-медико-педагогическая комиссия (ЦПМПК) города Москвы. Она проведет комплексное обследование ребенка и примет соответствующее решение.

Алгоритм получения заключения ЦПМПК города Москвы:

- посещение детской поликлиники для получения медицинского заключения, где будет прописано, что ребенок нуждается в создании специальных условий

получения образования. В медицинском заключении только с согласия родителей (законных представителей) может быть указан шифр заболевания;

- запись на портале мэра Москвы на ЦПМПК на выбранную вами дату;

- посещение Центральной психолого-медико-педагогической комиссии с ребенком, где специалисты проводят его обследование, анализируют представленные документы (медицинское заключение, а также (при наличии) выписка из школьного журнала с оценками, школьные тетради, рисунки ребенка, характеристика обучающегося, подготовленная специалистами образовательной организации). На основании этого члены комиссии принимают решение о необходимости создания для ребенка специальных условий получения образования. Если в заключении ЦПМПК указаны «специальные условия обучения и воспитания», это означает, что ребенок получает статус «обучающийся с ограниченными возможностями здоровья».

**В заключении ЦПМПК написано, что ребенку необходимо обучение по адаптированной программе, указан и ее вариант. Что это за программа и какие у нее бывают варианты?**

Адаптированная программа - это образовательная программа, адаптированная для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья. Она учитывает особенности психофизического развития и индивидуальные возможности конкретного ребенка. Школьные адаптированные программы в начальной школе имеют несколько вариантов, они отличаются друг от друга.

1-й вариант - обучающийся получает образование, которое полностью соответствует образованию нормотипичных сверстников. Ребенок с ОВЗ учится по общему учебному плану с нормотипичными детьми. Его развитие приближено к возрастной норме, но ему требуется поддержка специалистов. Кроме того, учитель на уроке также организует коррекционно-развивающую поддержку.

2-й вариант - обучающийся получает образование, которое полностью соответствует образованию нормотипичных сверстников, но в пролонгированные сроки обучения. То есть усвоение программы для ребенка с ОВЗ будет растянуто на более длительный срок. Коррекционная направленность обучения будет пронизывать весь учебный процесс. С таким учеником специалисты обязательно будут проводить коррекционно-развивающую работу, а на уроках педагоги будут организовывать ему необходимую поддержку.

3-й и 4-й варианты - обучающийся получает образование, которое по содержанию и итоговым достижениям не соотносится с образованием нормотипичных сверстников. Обучение по третьему варианту означает, что у ребенка при ведущем наруше-

нии (слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, расстройстве аутистического спектра) имеется еще и умственная отсталость (интеллектуальные нарушения) в легкой степени выраженности.

Если ребенок не может освоить 3-й вариант в связи с более тяжелым интеллектуальным недоразвитием (это уже не легкая, а умеренная, тяжелая или глубокая степень умственной отсталости) либо тяжелыми и множественными нарушениями развития, то он получает образование по варианту 4. Обучение по 3-му и 4-му вариантам осуществляется по учебным планам, существенно отличающимся от учебных планов вариантов 1 и 2. Академический компонент образовательной программы в этом случае уменьшается, большее внимание уделяется развитию сферы жизненной компетенции. Варианты 3 и 4 предполагают выдачу по окончании школы не аттестата, а свидетельства об обучении.

**Если ребенок начал обучаться в школе только в 9 лет по адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с умственной отсталостью, то в 18 лет его отчислят из школы?**

Нет, обучающийся с умственной отсталостью имеет право закончить обучение по адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), несмотря на то, какой у него возраст. В письме Министерства просвещения РФ от 2 ноября 2018 г. «О получении общего образования лицами с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» указано, что начальное, общее, основное общее и среднее общее образование являются обязательными уровнями образования. Требование обязательности среднего общего образования применительно к конкретному обучающемуся сохраняется силу до достижения им возраста 18 лет. Предельный возраст получения образования не ограничен.



**ребенок с ограниченными возможностями здоровья?**

Психолого-педагогическая помощь оказывается детям с ОВЗ в образовательной организации, которую они посещают. Она предполагает обучение ребенка по адаптированным программам (их разрабатывает и утверждает школа), а также психолого-педагогическую поддержку специалистами службы психолого-педагогического сопровождения (учитель-логопед, учитель-дефекто-

лог, педагог-психолог, социальный педагог, тьютор). Дети с ОВЗ могут принимать участие во всех мероприятиях, организованных разными ведомствами (Департаментом образования и науки, Департаментом культуры и др.), в соответствии с особенностями психофизического развития.

**Какие документы об окончании школы получит ребенок с**

буется небольшая поддержка специалистов (педагога-психолога или учителя-логопеда). Такую поддержку образовательное учреждение может предоставить по решению школьного психолого-педагогического консилиума, поход на Центральную психолого-медико-педагогическую комиссию не нужен.

Фраза «ребенку нужны специальные условия обучения и воспитания» означает, что ребенок является обучающимся с ограни-

# Наравне со всеми

## Экскурс в историю инклюзивного фестиваля детского творчества

**Яркий, фееричный, трогательный, дающий надежду и помогающий поверить в себя. Не только поверить, а превзойти самого себя, день за днем преодолевая сомнения, неуверенность, трудности, становясь частью школьного творческого коллектива и многотысячной фестивальной семьи. И все для того, чтобы однажды, стоя наравне со всеми на большой сцене под ярким светом прожекторов перед переполненным залом, осознать, что успешным может стать каждый.**

Открытый Московский фестиваль «1+1: равные условия - равные возможности» снова собирает ребят. Уже в восьмой раз инклюзивные команды образовательных организаций получили возможность ворваться в водоворот фестивальных событий, наполнив будни инсайтами, креативом, репетициями, видеосъемками, культпоходами, командной работой, в которую включены педагоги, дети, родители.

Фестиваль зародился в 2015 году и с тех пор проводится ежегодно. Фестивальные мероприятия начинаются осенью и длятся несколько месяцев. Принять участие в них может любой инклюзивный школьный коллектив, в который входят ребята с разными образовательными потребностями от 5 до 20 лет. Командам предлагается два направления: художественно-творческое (номинации «Концертная програм-

ма», «Афиша», «Трейлер») и интеллектуально-познавательное (номинации «Культурно-познавательный маршрут», «Интеллектуальная викторина», «Видеоролик»). В программе фестиваля этого года появилась новая номинация «Ведущие концертной программы». На протяжении всех лет оператором фестиваля остается Городской психолого-педагогический центр. Соорганизатор интеллектуально-познавательного направления - Экспертно-консультативный совет родительской общественности.

Мы, родители детей с ограниченными возможностями здоровья, очень рады, что наши дети

имеют возможность проявить себя среди сверстников. Участвовать в фестивале нам предложили педагоги нашей Романовской школы. Конечно, я задумывалась, смогут ли наши детки участвовать в фестивале и не затеряться среди других ребят. Но мои сыновья Артем и Никита сразу проявили интерес к новому делу, к процессу подготовки и, по моему мнению, получили удовольствие от проделанной работы. Меня поразили талант педагогов, работающих с детьми, а также их желание сделать жизнь наших ребят более разнообразной. Оборачиваясь назад, я понимаю, что участие в фестивале принесло моим детям большое количество позитивных эмоций, и это может привести к очередному скачку в их развитии, - вспоминает мама участников прошлого фестиваля Елена Давыдова.

### Фестиваль-2020

Каждый год организаторы предлагают участникам новую тему фестиваля. В первые годы творческие работы инклюзивных коллективов были посвящены ки-

- Нам настолько дорога память об этих ужасных и трагических страницах нашей истории, что нам даже не приходилось ничего играть. Мы как будто сами стали участниками тех событий, - делится воспоминаниями студент колледжа «Царицыно» Артем Ганиуллин.

- В интеллектуально-познавательном направлении инклюзивные команды ребят вместе с родителями и педагогами создавали культурно-познавательный маршрут на тему «По дорогам Великой Победы», снимали и монтировали видеоролик, а потом разрабатывали викторину как наследие, как результат совместной деятельности. Ее смогут применить и другие педагоги в работе с детьми, - добавила заместитель председателя Экспертно-консультативного совета родительской общественности Ольга Галузина.

### Фестиваль-2021

Фестиваль 2021 года на тему «Путешествуй по стране - открывай Россию!» стал особенным. Он не только вышел за пределы Москвы, но еще и установил новые рекорды по количеству участников и образовательных организаций. К большой фестивальной команде присоединилась Новосибирская область. А общее количество участников превысило 9,5 тысячи, из которых более 3,5 тысячи - это ребята с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью. Именно в этом году был частично введен дистанционный формат участия. Это позволило школьным коллек-

тионам еще более креативно подойти к выполнению заданий и воплотить в жизнь самые смелые творческие идеи.

- Этот фестиваль очень добрый, он учит детей дружить, имеет большую мотивационную возможность к развитию. Я желаю фестивалю развития, творческих успехов, процветания, добра и любви, - заявила приглашенный гость фестиваля актриса Мария Порошина.

Всего участниками фестиваля 2021 года было создано почти 70 маршрутов по самым удивительным уголкам нашей необъятной Родины. «По следам пропавших экспедиций от Москвы до Земли Франца Иосифа», «Тайна 11 озер России», знакомство с кочевыми народами страны, «Путешествие по кремлям России», маршрут по звездному небу от школьного планетария до острова Таймыр «Навстречу мечте» - это только малая часть маршрутов по стране, разработанных инклюзивными командами.

### Фестиваль-2022

На следующий год (в 2022-м) фестиваль посвятили главному спортивному событию на планете и назвали «Быстрее, выше, сильнее: дорогами олимпийского огня». Инклюзивным коллективам школ предложили тему спорта как обширное поле для творческого самовыражения и привлечения внимания общественности к таким важным темам, как дружба народов, здоровый образ жизни, активная жизненная

позиция людей с ограниченными возможностями здоровья, ведь после Олимпиады всегда проходят Паралимпийские игры. Фестиваль «1+1» - одно из главных событий в жизни моей и в жизни моих воспитанников. Они все разные, но мы все вместе. Для меня это не посторонняя история. Это моя личная история, ведь я не только педагог, но и мама особенного ребенка. Для меня этот фестиваль важен, потому что это редкая возможность объединить разных детей, - считает руководитель студии «Миллениум» школы №1498 «Московская международная школа» Елена Бруква.

Когда мы участвуем в фестивале «1+1» с октября по март, снимаем видеоролики - это просто потрясающий процесс, это драйв, это командное слияние учителей и учеников с разными образовательными потребностями, - делится мнением Анна Полужикова, учитель школы №285 имени В.А.Молодцова.

- Это очень классный фестиваль, потому что один помогает другому, - говорит Елизавета Егорова, участница фестиваля от школы №1359 имени авиаконструктора М.Л.Миля.

- Этот фестиваль объединяет многих ребят, даже тех, у кого есть особенности, но это не мешает быть одной сплоченной, дружной командой, - дополняет Иван Скрылев, участник фестиваля от школы №2121 имени Маршала Советского Союза С.К.Куркоткина.

В этом учебном году организаторы предложили тему «От Древней Руси до современной России». Первый этап традиционно проводился на базе школ. Они формировали инклюзивные творческие коллективы, готовили конкурсные материалы по всем номинациям: рисовали афишу, снимали и монтировали трейлер и видеоролик, придумывали вопросы для викторины, составляли культурно-познавательный маршрут, а еще проводили концертную программу по теме фестиваля для всего школьного сообщества и родительской общественности. А результаты своего совместного творческого труда представили жюри фестиваля для экспертной оценки. Второй этап пройдет в апреле. Он включает проведение интеллектуальной олимпиады и заключительного гала-концерта.

### Фестиваль-2023

Более 10 тысяч детей из более 200 образовательных организаций Москвы подали заявки на участие в фестивале 2023 года. И это очередной рекорд, подтверждающий, что с каждым годом все больше ребят - разных и непохожих - получают возможность открыть для себя мир творчества, выйти на большую сцену и почувствовать себя успешными, расширяя границы возможного.

**Марина АРХИПОВА,**  
психолог Городского психолого-педагогического центра  
Департамента образования и науки города Москвы



нематографу, театру, космосу, путешествиям. А в 2020 году единственно возможной, по мнению организаторов, стала тема, посвященная 75-летию Победы советского народа в Великой Отечественной войне, - «По дорогам Великой Победы». И с тех пор акцент на воспитании патриотизма, любви к Родине, активной гражданской позиции стал одним из ключевых аспектов фестиваля.

- Нам всем близка тема Великой Отечественной войны, ведь в каждой семье есть свой герой, которого помнят и чтут, - рассказывает участник фестиваля 2020 года, ученик школы №1238 Андрей Галанов.

позитивам еще более креативно подойти к выполнению заданий и воплотить в жизнь самые смелые творческие идеи.

- Самое главное для каждого человека - это вера в себя и преодоление себя. Двигаться вперед, соревноваться, пытаться достичь новых высот. И не останавливаться. Для того чтобы подняться по лестнице, не обязательно видеть верхнюю ступень, главное - начать, - уверен шестикратный чем-

пион Паралимпийских игр, семикратный чемпион мира по лыжным гонкам Сергей Шилков.

Более 10 тысяч детей из более 200 образовательных организаций Москвы подали заявки на участие в фестивале 2023 года. И это очередной рекорд, подтверждающий, что с каждым годом все больше ребят - разных и непохожих - получают возможность открыть для себя мир творчества, выйти на большую сцену и почувствовать себя успешными, расширяя границы возможного.

Более 10 тысяч детей из более 200 образовательных организаций Москвы подали заявки на участие в фестивале 2023 года. И это очередной рекорд, подтверждающий, что с каждым годом все больше ребят - разных и непохожих - получают возможность открыть для себя мир творчества, выйти на большую сцену и почувствовать себя успешными, расширяя границы возможного.



# Самовыражение и признание

**И все это благодаря командной работе**

**В современной московской школе включать ребят с ОВЗ и инвалидностью в равные условия обучения стало проще. Появились четкий, продуманный порядок действий и интересные формы работы, позволяющие детям с особенностями в развитии не только получать качественное образование, но и быть полноценными и постоянными участниками школьных событий и мероприятий, объединенных в общее понятие «воспитывающая среда».**

Открытый московский фестиваль «1+1»: равные условия - равные возможности» стал для нас реально работающим инструментом, который



позволяет решать воспитательные задачи как на уровне своей образовательной организации, так и в масштабах всего города при взаимодействии школ и колледжей.

В прошлом учебном году в масштабном городском событии - фестивале «1+1» - приняли участие около 10 тысяч московских дошкольников, школьников и студентов. Практика и опыт позволили нам расставить акценты и определить три шага к пониманию воспитательного потенциала фестиваля.

**Шаг 1. Дети осознают и принимают общепринятые нормы и правила поведения**

В процессе подготовки конкурсных работ педагог помогает детям, участвующим в фестивале, познакомиться друг с другом, терпеливо объясняет, что и зачем нужно делать, почему следует действовать именно так, а не иначе. На этом этапе совместной работы высшая точка - это начало активного общения между ребятами, учитывая, что все они разные и их образовательные возможности существенно отличаются. Здесь педагог воспитывает в детях толерантность, терпимость и учит их эффективным способам коммуникации в обществе.

**Шаг 2. Дети убеждаются, что инклюзия - это важно, а в команде значим вклад каждого**

На этом этапе участия в фестивале происходит распределение ролей между участниками. От первых встреч творческого коллектива до репетиций ребята идут по пути социализации через творчество. Под руководством педагога каждый занятый в деле участник примеряет на себя роль и становится значимым звеном в командной связке. У ребенка появляются свое отношение, чувства, эмоции к общему делу, он начинает осознавать личную ответственность за результат. В этом и заключается воспитательный потенциал фестиваля.

**Шаг 3. Дети творчески самовыражаются, получают новый опыт, чувствуют поддержку и признание**

На этом этапе ребята начинают самостоятельно проявлять умения и таланты, ошибаются и исправляют ошибки, приобретают новый опыт, достигают результата и управляют своей свободой. Все это действенные способы личностного развития каждого участника фестиваля. На этом этапе воспитательный эффект достигает пикового значения, ведь ребенок становится соорганизатором фестивальных событий. Он теперь неотъемлемая часть многотысячной творческой команды. Здесь школьник или дошкольник приобретает дружескую опору, поддержку и, главное, признание окружающими своих достижений.

Таким образом, Открытый московский фестиваль «1+1»: равные условия - равные возможности» для ребенка - это возможность раскрыть свои внутренние ресурсы, эффективно развить навыки самопознания и узнать новое. А для образовательной организации фестиваль - это единая большая площадка для реализации воспитательных задач и дополнительное звено в механизме выявления талантливых ребят.

**Оксана ЛИЛЕЙКИНА,**  
художественный руководитель образовательного комплекса «Юго-Запад»

# Творчество - это важно

**Мнение психолога**

**Позитивная социализация детей с ограниченными возможностями здоровья - одна из приоритетных задач, которые решаются в образовательном пространстве. насыщенная творческая среда дает детям больше возможностей для развития своего личностного потенциала, самореализации, расширения социальных контактов, приобретения положительного опыта взаимодействия со сверстниками и взрослыми, повышения социальной активности. Открытый московский фестиваль «1+1» - один из ярких примеров подобного пространства.**

средства общения. В рисовании или при подготовке культурно-образовательных экскурсионных маршрутов актуализируются наглядность и образность. Для того чтобы включать элементы прикладных видов деятельности, можно шить костюмы для театральных постановок своими руками, создавать персонажей из пластилина для собственной мультипликационной истории. Можно готовить видеоролики, используя информационные, мультимедийные и другие интерактивные технологии. Проявив себя, свои таланты, каждый ребенок может создать свой собственный уникальный творческий продукт.

Возможность публично представить результаты своей творческой деятельности,

Творческая деятельность обогащает сферу познавательных интересов ребенка, учит эффективно взаимодействовать в команде, реализуя совместные творческие проекты, создает ситуации успеха. Ребенок может увидеть, услышать, почувствовать через творческую активность все многообразие окружающего мира и культурной среды, получить яркие впечатления и положительные эмоции.



Для ребенка с ограниченными возможностями здоровья творческая деятельность важна с точки зрения и процесса, и результата, и возможности публичного представления достигнутого успеха. Участвует ли ребенок в разработке культурно-познавательного маршрута и его видеосъемке, готовит ли вместе со сверстниками интересную викторину, создает ли оригинальную афишу концертной программы или репетирует танец - сам процесс уже становится содержательной творческой активностью. Такая деятельность увлекает, превращается в новую форму досуга, укрепляет дружеские отношения со сверстниками и создает новые творческие контакты. Творческий процесс часто выступает эффективным способом приобрести жизненно важные практические навыки, может помочь в процессе профессионального самоопределения. Достижение результата позволяет ребенку повысить уверенность в собственных силах, поверить в себя. Именно в творческой деятельности с ее разнообразием возможно максимально учитывать психофизиологические особенности детей, имеющих различные нарушения. Например, занятия танцами позволяют использовать доступные невербальные

получить общественное признание в рамках творческого фестиваля подчеркивает для ребенка значимость его усилий, развивает позитивное самоотношение, повышает мотивацию, а сам фестиваль становится ярким, эмоционально насыщенным событием.

Творческая деятельность позволяет не только ребенку раскрыть свои таланты и способности, но и взрослым, которые рядом. Родителям и педагогам так проще быть на одной волне с детьми, лучше понимать, что для них важно и интересно, создавать оптимальные условия для успешной социализации.

Говоря словами педагога Василия Сухомлинского, «ребенок по своей природе - пылкий исследователь, открыватель мира. Так пусть перед ним открывается чудесный мир в живых красках, ярких и трепетных звуках, в сказке и игре, в собственном творчестве, в красоте, воодушевляющей его сердце, в стремлении делать добро людям. Через сказку, фантазию, игру, через неповторимое детское творчество - верная дорога к сердцу ребенка».

**Оксана ГОЛЕРОВА,**  
педагог-психолог Городского психолого-педагогического центра Департамента образования и науки города Москвы



# О механике внутреннего взаимодействия заместителя директора по воспитанию и педагогического коллектива

**Искусство организации взаимодействия, его механика, работающая на достижение цели, задач и планируемых результатов, - одна из значимых компетенций в деятельности руководителя в работе с коллективом, в том числе педагогическим.**

Заместителя директора по воспитанию довольно сложный объект управления. В условиях образовательного пространства он организует и управляет деятельностью педагогов - классных руководителей. Они, в свою очередь взаимодействуя между собой, организуют деятельность детей, которые взаимодействуют друг с другом и со своими родителями. А родители тоже взаимодействуют: со своими детьми, между собой и с педагогами. Для заместителя директора важно решить поставленные задачи и добиться достижения результата, который будет соответствовать запланированному, значит, нужна механика взаимодействия. Такая механика должна обеспечить единое смысловое поле для всех его участников. Взаимодействие должно осуществляться циклично, на регулярной основе, быть систематическим, в зависимости от задачи к ее решению могут подключаться различные участники.

Организационно-управленческий инструмент, который отвечает всем перечисленным выше параметрам и позволяет заместителю директора с определенной периодичностью взаимодействовать с педагогическим коллективом по курируемым направлениям деятельности, - это циклограмма, которая составляется на календарный месяц. (См. таблицу.)

Структура циклограммы соотносится с функциональными обя-

**Циклограмма взаимодействия заместителя директора с педагогическим коллективом (на месяц)**

НАПРАВЛЕНИЯ	МЕХАНИКА	СУБЪЕКТЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ					
		классные руководители	психолого-педагогическая служба	педагогические организаторы	воспитатели дошкольных групп	педагоги дополнительного образования	советник директора по воспитанию
<b>ПОЗИТИВНАЯ СОЦИАЛИЗАЦИЯ</b>	периодичность	1 раз/месяц	1 раз/месяц	1 раз/месяц	1 раз/месяц	1 раз/месяц	1 раз/месяц
	формы взаимодействия	●	●	●	●	●	●
	единая задача	ШС	ШС	ШС		ШС	ШС
	локальная задача	▶	▶	▶	▶	▶	▶
<b>ПРОФИЛАКТИКА НЕГАТИВНЫХ ПРОЯВЛЕНИЙ И СОЦИАЛЬНЫХ РИСКОВ</b>	периодичность	1 раз/месяц	1 раз/месяц	1 раз/месяц	1 раз/месяц	1 раз/месяц	1 раз/месяц
	формы взаимодействия	●	●	●	●	●	●
	единая задача	СПТ	СПТ				
	локальная задача	▶	▶	▶	▶	▶	▶

занностями заместителя директора и состоит из двух основных частей:

- ключевые направления деятельности: позитивная социализация и профилактика негативных проявлений и социальных рисков;

- субъекты взаимодействия: сотрудники, находящиеся в непосредственном подчинении заместителя директора: классные руководители, социально-психологическая служба, воспитатели дошкольных групп, советник по воспитанию.

Чтобы выстроить систему взаимодействия, для начала важно определить периодичность встреч с педагогическим коллективом. Целесообразно встречать-

ся два раза в месяц, первый раз по вопросам позитивной социализации, второй - по вопросам профилактики.

Следующий, не менее важный, шаг состоит в том, чтобы определить формы взаимодействия. Их выбор будет зависеть от задачи, которую педагогическому коллективу предстоит решить. Если задача сложная, многоступенчатая, то это могут быть совещания, рабочие группы. Если задача простая, то подходит форма конструктивного совещания.

Третий шаг - это определение круга педагогов, включенных в решение задачи. Здесь возможны варианты. Могут быть проведены как совместные встречи,

так и отдельные, по категориям специалистов. Если заместителю директора нужно поставить перед коллективом сложную задачу, которая требует подключения ресурсов различных специалистов, когда нужно создать единое «поле смыслов» и выработать общую стратегию, тогда постановка такой задачи может происходить на совместной встрече педагогического коллектива. Если же нужно проконтролировать выполнение уже налаженного, практически вошедшего в рутину процесса, тогда оптимально провести встречи по категориям специалистов. (См. таблицу.)

Однако при решении любой задачи возникают вопросы, порождающие разногласия, явное

или скрытое сопротивление, которое влияет на общий результат. Поэтому наряду с циклограммой в механике взаимодействия принципиальное значение имеет управление коммуникацией. В организационной психологии хорошо известен феномен, который можно описать с помощью трех цветов светофора:

- у большинства людей в коллективе поставленная задача вызовет вопросы и потребует конкретизации (желтый);
- у некоторых вызовет сопротивление (красный);
- немногие сразу примут задачу и будут готовы приступить к ее решению (зеленый).

Управление коммуникацией предполагает, во-первых, прояснение позиций, а во-вторых, синхронизацию позиций через переход из области вопросов в область согласия. В зависимости от масштаба задачи и условий ее решения этот переход может осуществляться напрямую: задали вопросы, получили ответы, все поняли, пошли работать. А могут вскрыться противоречия, и нужно будет скорректировать отдельные точки зрения, найти компромисс, через который будет достигнуто согласие. (См. схему.)

Таким образом, понимая механику взаимодействия, владея ею, заместитель директора способен прогнозировать и проектировать результат даже в таком сложном, многогранном и многоаспектном деле, как организация воспитательной деятельности.

**Анастасия КУЗНЕЦОВА,  
Инесса ФОКИНА,  
заместители директора  
Городского психолого-педагогического центра  
Департамента образования  
и науки города Москвы**

## ТЕХНОЛОГИЯ УПРАВЛЕНИЯ КОММУНИКАЦИЕЙ



- 100% коллектива сразу примет задачу, каждый выполнит ее качественно**
- после постановки задачи у сотрудников возникнут вопросы, требующие прояснения и конкретизации**
- в коллективе возникнут явные или скрытые разногласия по целесообразности и способам решения задачи**



влекаются в жизнь клуба, что вместе организуют праздники и тематические собрания.

Нельзя забывать про то, насколько значим формат подростковых клубов в качестве профилактической работы с рисками в подростковой среде. Поскольку ведущие клубов - психологи, они помогают развивать подросткам личностные и коммуникативные навыки, формируют надежное и безопасное пространство для взаимодействия всех участников.

В основе работы подросткового клуба лежат принципы восстановительного подхода, которые помогают детям самостоятельно улаживать возникающие конфликты и недопонимания. Здесь каждого учат уважать чужое мнение и чужие границы: в случае ссоры подростки будут сообща искать компромисс и способ мирного урегулирования ситуации. Все это способствует личностному и социально-психологическому развитию участников клуба.

Психологи отмечают, что клубный формат во многом позволяет подросткам в дальнейшем становиться активными, ответственными взрослыми людьми, способными позитивно и творчески строить

# Подростковый клуб

## Новые друзья, хобби, увлечения и навыки

**С каждым годом общественная и образовательная среда, в которой живут и развиваются современные подростки, становится все более многомерной, насыщенной, технологичной. Она предоставляет ребятам новые возможности, но при этом задает быстрый ритм жизни. Чтобы помочь ребенку сориентироваться во всем многообразии окружающего мира, понять себя, свои желания и цели или просто передохнуть и прийти в равновесие с собственными мыслями, существуют подростковые клубы.**

**К**луб - это безопасное место для общения и взаимодействия со сверстниками и психологом. Подростки под руководством специалиста играют в подвиж-

ные и настольные игры, обсуждают книги и фильмы, ведут оживленные дискуссии по актуальным для них темам. В территориальных отделениях Городского психолого-педагогического центра Москвы на сегодняшний день работают 15 подростковых клубов в разных районах столицы. Этот формат встреч одинаково нравится и родителям, и детям, и специалистам.

Для ребят прежде всего клуб - это территория свободного общения. Подростки, иногда слишком остро воспринимающие необходимость следовать установленным правилам, чувствуют себя здесь спокойно и комфортно. Они могут приходить и проводить время согласно своим интересам и увлечениям, самостоятельно определяя включенность в ту или иную активность. Ведущие клуба - профессиональные психологи, они направляют групповые процессы, помогают подросткам ос-

воиться в пространстве, понять и принять важность и ценность правил, обеспечивающих комфорт и безопасность участников, а также аккуратно ориентируют на развитие необходимых индивидуальных навыков. На встречах клуба можно поиграть в настольные и словесно-ролевые игры, устроить дискуссию, выбрав интересную актуальную тему, поучаствовать в мастер-классах, викторинах, тренингах, проектной деятельности. Дети совместно выбирают, чем они хотят заняться - посмотреть фильм или устроить танцы. А тот, кто хочет побыть в одиночестве наедине со своими мыслями, может заняться творчеством. Здесь к каждому находят подход, помогают принять себя, обрести уверенность в собственных силах, найти единомышленников и не бояться проявить себя. В некоторых территориальных отделениях ребята настолько активно во-

свою жизнь, а также активно социализируются в современном обществе. Ведь деятельность клубного сообщества формирует в школьниках навык самоорганизации - умения придумать себе занятие, организовать других ребят, договориться с ними, а также рассказать им о себе, своих интересах и желаниях. Это умение наряду с другими помогает сформировать сильную личность с твердой социальной позицией и позитивными ориентирами. И самое главное - развитие проходит в интересном и приятном формате дискуссий, игротехник, творческих изысканий и проектов. Весело и с пользой!

Узнать интересующую информацию относительно работы подростковых клубов можно, посетив сайт Городского психолого-педагогического центра [gppc.ru](http://gppc.ru) или позвонив по телефону единой справочной центра 8 (495) 730-21-93.



**В Москве открылся шоурум от Городского психолого-педагогического центра. Этот демонстрационный зал создан специально для московских школьников и педагогов. В одном небольшом помещении сосредоточены образцы инновационных технологий, которые уже сегодня активно используют в своей работе с детьми столичные психологи: комплексы биологической обратной связи, интерактивный метроном, аппарат слуховой стимуляции, мини-робот и др.**

Прийти на экскурсию можно всем классом, нужно только заранее отправить заявку от школы в Департамент образования и науки города Москвы и дождаться приглашения. В назначенный день ребят и учителей встретят в шоуруме специалисты Городского психолого-педагогического центра, покажут, расскажут и дадут возможность каждому на себе опробовать действие высокотехнологичного оборудования. Посетить площадку могут и родители школьников, чтобы ознакомиться с ресурсами психологической помощи в Москве, получить ответы специалистов на интересующие вопросы о развитии, воспитании, социализации детей.

Психологический шоурум открыли в этом учебном году по запросу школьного сообщества. В появлении этой демонстрационной площадки были особенно заинтересованы образовательные организации, в которых действуют педагогические, медицинские и ИТ-классы. Слияние психологии и инноваций вызывает у них повышенный интерес.

В XXI веке инновационные технологии пришли на помощь специалистам в разных сферах. Психология не исключение. Высокотехнологичное оборудование повышает эффективность работы специалиста, а для ребенка делает занятие более интересным, мотивируя его активнее включаться в процесс. Благодаря открытию нашего шоурума учителя, специалисты сопровождения, ребята и их родители могут быть в курсе передовых психолого-педагогических практик, которые сегодня применяются в московском образовании, - отмечает заместитель директора Городского психолого-педагогического центра Ольга Егупова.

Комплексы биологической обратной связи - один из видов оборудования, с которым можно ознакомиться в шоуруме. Монитор с анимационными сюжетами и не-

сколько датчиков, считывающих сигнал о состоянии человека, - под руководством специалиста эта технология поможет ребенку развить память, внимание, мышление, повысить работоспособность и самоконтроль, снизить тревожность, справиться с торопливой речью и запинанием и, как следствие, повысить успеваемость в учебе и эффективнее общаться с окружающими.

Технология «Томатис», также представленная в шоуруме, - это возможность развить музыкальные способности, легче изучать иностранные языки, нормализовать эмоциональный фон. Такой эффект достигается за счет про-

выполнения заданий на кубе загорится зеленый или красный свет. Обратная связь, полученная от кубиков таким образом, делает занятия еще более интересными для детей разного возраста.

Старшеклассники, у которых впереди экзамены, обычно проявляют повышенный интерес к разноцветной машинке, как только узнают, что умеет эта «детская игрушка». Машинка-робот развивает способность концентрировать внимание и сосредотачиваться на выполнении задания. Под воздействием мысли, когда школьник сконцентрирован, машинка начинает движение, а в момент

# Шоурум

**В Москве открылась площадка для демонстрации современных технологий в образовании**

слушивания музыки, которая прошла электронную модуляцию. Обработанный звук подается через наушники.

Здесь же, в демонстрационном зале, психологи покажут, как работает интерактивный метроном B-Trainer. Эта уникальная программа для стимуляции работы мозга помогает школьнику лучше рассчитывать время и планировать действия, концентрировать внимание, быстрее реагировать на ситуацию, складывать части в целое, понимать информацию на слух, развивая способности к математике и чтению. Эффективность тренировок повышается, благодаря тому что они проводятся в игровой форме.

Развивать навыки общения и работы в команде, полезные во многих сферах жизни, помогут интерактивные кубы iMO-LEARN. Выполняя совместные задания и упражнения, играя в подвижные игры, собирая головоломки, создавая общими усилиями конструкции из «больших кубиков», школьники не только учатся взаимодействовать, но и развивают равновесие, координацию движений, чувство баланса, пространственное мышление. Кубы оборудованы системой распознавания жестов и светодиодными датчиками. В зависимости от правильности

расслабления она останавливается. Если двигать робота силой мысли удается с трудом, то регулярные тренировки помогут развить важный навык концентрации внимания.

Для школьников посещение шоурума - это еще и возможность ближе ознакомиться с профессией психолога и определиться, подходит ли она для обучения после школы. Здесь можно получить информацию из первых уст от специалистов Городского психолого-педагогического центра о том, в чем заключается работа психолога, какими качествами ему нужно обладать, что необходимо знать и уметь, какое оборудование можно применять в работе с детьми.

Демонстрационный зал инновационного оборудования расположен в Москве по адресу: 1-й Зборовский переулок, дом 3. Занятия психологов с применением этих технологий проводятся в отделениях центра, расположенных в разных административных округах столицы.

*Марина АРХИПОВА,  
психолог Городского психолого-педагогического центра  
Департамента образования и науки города Москвы*

# Чек-лист для родителей

**В каких случаях нужно обратиться за помощью к специалисту**

**Если у нашего ребенка болит зуб, мы ответим ему к стоматологу. Если ухо, то к отоларингологу. А для того чтобы поддерживать психологическое/ментальное здоровье, нужна консультация другого специалиста - психолога. В каких случаях эта помощь необходима? И к кому еще можно обратиться в стенах школы?**

Можно ли сказать, что ваш ребенок:

- часто не соблюдает установленные правила (например, нарушает дисциплину в школе, семейные договоренности);
- непослушен, очень упрям, чаще всего поступает так, как хочет сам;
- использует в своей речи ругательства и другие «взрослые» слова, хотя и знает, что их лучше не употреблять;

- зачастую хитрит, говорит неправду, делает что-то тайком или исподтишка;
- легко закипает и взрывается (вспыльчив), склонен спорить и говорить о своей правоте на повышенных тонах, угрожать другим;
- своими действиями или поведением может досаждать другим (например, надоедает другим детям, пристает к ним, не может прекратить действие после просьбы остановиться);
- может вести себя агрессивно (даться, царапаться, кусаться);
- проявляет повышенный интерес к запрещенным темам и предметам (например, пробовал курить вейпы или сигареты, пить алкоголь);
- может относиться к другим людям с пренебрежением, не задумываясь об их чувствах, потребностях, возможностях (например, продолжает делать что-то вопреки желаниям другого);
- убегает из дома (например, в ситуациях, когда ваши требования противоречат его желаниям).

Если в данном чек-листе вы отметили два и более пункта, скорее всего, ваш ребенок проявляет поведение, которое можно назвать проблемным. Такое поведение неблагоприятно как для самого ребенка, так и для окружающих его сверстников и взрослых. Что можно сделать:

1. Поговорите с ребенком о том, на что вы обратили внимание, попробуйте узнать у него, что он думает о причинах своего поведения, как сам оценивает его.
2. Поговорите с классным руководителем, социальным педагогом, школьным психологом. Узнайте, как можно помочь вашему ребенку в школе и дома.
3. Сходите к профильному специалисту, консультация которого позволит исключить медицинские причины такого поведения.

*Жанна СТАРИЦЫНА,  
специалист Городского психолого-педагогического центра  
Департамента образования и науки города Москвы*





**Идея включения профильных классов в школьное образование на современном этапе приобретает особую значимость. На примере внедрения проекта «Кадетский класс в московской школе» в сотрудничестве с РАНХиГС можно пронаблюдать, как меняются тенденции профильного самоопределения школьников. Именно профильные проекты вузов в школах позволили перенаправить фокусную точку подготовки, внедряя в систему новые предпрофессиональные ценности, формируя новые специальные компетенции на основе углубленных академических знаний.**

Не секрет, что в школьной культуре есть наиболее значимые события. Среди них, наверное, самым ярким выступает феномен ЕГЭ. Для многих учащихся, учителей и родителей итоговая аттестация превращается в знаковое событие, итоговую точку достижений в жизни. А получение заветных проходных баллов любой ценой - психологическая доминанта выпускника. Действительно, для статистики поступления важны цифры. Но есть и качественный образовательный результат. Он проявляется в стабильности образовательных достижений и мотивированности учащихся.

Все чаще с первых месяцев обучения первокурсников в вузах наблюдаются противоречивые результаты. Высокие баллы ЕГЭ не всегда коррелируют с достижениями недавних выпускников школ. Анализируя ситуацию, следует обратить внимание на социальную ситуацию развития выпускников в период старшей школы. Что является камнем преткновения?

В психологической науке процессы поиска себя и самоопределения сопровождаются важными новообразованиями в старшей школе - чувством взрослости, самостоятельности в выборе и принятии решений. Так часто мучительные вопросы подростков «Какой я?», «К чему я склонен?», «Чем я хочу заниматься?», «Чего мне хочется добиться в жизни?» постоянно нуждаются в ответах, пробах, действиях начиная со школьной скамьи. Может ли подготовка к ЕГЭ ответить на этот вопрос? В части адаптации к трудностям - да. Но процедура подготовки и сдачи в итоге не может дать смысловой поддержки. Стихийные выборы с противоречивыми комбинациями ЕГЭ приводят к панике переутомившихся бывших выпускников школ. Подача документов сразу в несколько вузов на разные специализации - тренд обычного выпускника.

Опыт последних лет показывает, что открытие профильных проектов внедрило новые возможности, открыв дополнитель-

# Чувство взрослости

## Преимущество профильных классов

ные ресурсы для учащихся. Произошло смещение акцентов. Ранняя профилизация породила стремление школ влиться в новые академические стандарты, которые создаются в сотрудничестве школьных и вузовских коллективов. Новый ресурс академического образования смог дать ответы на многие вопросы самоопределения, выходящие за пределы школьной программы, транслируя образцы, знакомя с традициями и ценностями высшей школы. Подготовка к ЕГЭ в данном понимании превратилась из доминанты в этап испытаний для будущей подготовки к желаемой профессии. Мы наблюдаем, как выстраивается линия системного предпрофессионального образования, приобщающего старшеклассника к стандартам жизненных требований будущей профессии.

Итоговым преимуществом такой подготовки стал конкурс межпредметных навыков и знаний «Интеллектуальный мегаполис. Потенциал». Важно, что победа и призерство в нем прибавляют баллы к ЕГЭ, но самое главное, что в процессе подготовки старшеклассник не только значительно прирастает в знаниях и навыках благодаря академическим требованиям, но и знакомится с профессорско-преподавательским составом, руководителями программ, деканами факультетов. Он демонстрирует свои учебные достижения, проявляет интерес к предметам, осуществляет профессиональные устремления и пробы, что в свою очередь способствует формированию достойного имиджа в глазах профессорско-преподавательского состава, заинтересованного в мотивированных и адаптированных к обучению в вузе абитуриентах.

Таким образом, фокус подготовки смещается благодаря складыванию новых жизненных целей и ценностей профессионального самоопределения будущего. Эта стратегическая линия уводит школь-

ника от необдуманных поступков. А стихийность выбора ЕГЭ сменится осознанным выбором и целенаправленной деятельностью по углубленной подготовке в интересующих областях, предпрофессиональными пробами и ошибками, творческими обсуждениями, появлением единомышленников в процессе исследовательской и проектной работы.

Президентская академия создала кластер школ с профильными кадетскими классами по направлению «Государственное и муниципальное управление». В объединении образовательных традиций и системы подготовки участвуют три института Президентской академии (ИГСУ, ИПиНБ и ИФУР). Ими созданы уникальные образовательные курсы, которые не только углубляют профильные предметы и готовят к итоговому испытанию по истории, обществознанию, но и расширяют школьную программу в данной профессиональной области. Большое значение имеют встречи с представителями государственной службы, чиновниками, депутатами. По отзывам школьников, результатом данных встреч стало не только формирование и развитие профессионального интереса к области госуправления, но и прежде всего создание единого контента и формата взаимодействия профильного кадетского и академического образования.

В этом году конкурс межпредметных навыков и знаний «Интеллектуальный мегаполис. Потенциал» стартовал 1 марта, проводится он по 28 мая. Надеемся, что данным финальным преимуществом воспользуются выпускники кадетских классов, чтобы приобщиться к одной из самых сложных и важных сфер общественной жизни - государственной службе.

**Елена УЛУНЯН,**  
ведущий сотрудник центра компетенций  
по развитию общего образования  
РАНХиГС

# Умения XXI века

## Навыки, креатив и социальные задачи

**В Московском городском педагогическом университете прошел финал городской олимпиады «Умения XXI века». 29 человек стали победителями, 60 - призерами.**

Олимпиада МГПУ, где ученики 9-11-х классов демонстрируют свои навыки, креатив и решают социальные задачи, ключевое мероприятие проекта предпрофессионального образования «Новый педагогический класс в московской школе».

В этом году организаторы получили рекордное число заявок - более полуторатысяч. В олимпиаде участвовали старшеклассники 110 московских школ. Некоторые отправили целые команды - до 120 человек. Были и те, кто, узнав про олимпиаду, решил сам попробовать свои силы.

Состязание состояло из трех этапов. Жюри - эксперты МГПУ - оценивали умение старшеклассников презентовать себя. В первом школьники составили мотивационное письмо-эссе, рассказали, почему они решили учиться в педагогическом классе: кто-то выбрал профессию из-за того, что в ней можно сыграть разные роли (психолога, педагога и даже актера) и мно-

го общения, для кого-то важно желание помогать подросткам в выборе жизненного пути и налаживании связей со сверстниками и семьей.

- Написание мотивационного письма дает возможность еще раз задать себе важный вопрос: какой я? Задуматься над своими целями, наметить собственные профессиональные перспективы. Дальнейшие траектории наши участники выбирают разные, ведь «Новый педагогический класс» - это про широкий круг профессий типа «человек - человек», - считает организатор олимпиады, руководитель проектного офиса «Новый педагогический класс в московской школе» МГПУ Татьяна Конобеева.

Во втором туре, а это была дистанционная командная работа, придумывали решение социальной проблемы (кибербуллинг, прокрастинация), которую школьники сами предварительно нащупали, создали презентации, описали причины проблемы, предложили решения. Так, для избавления от травли в Интернете необходимо ввести в школьную программу курс обучения навыкам информационной безопасности и занятия с психологом. Для тех, кто любит откладывать дела на потом, поступил совет скачать приложения, отсле-



живающие эмоции и снижающие тревожность.

В третьем туре, а до него дошел 151 участник, разрабатывали концепцию социальной рекламы по двум темам: доступность городской среды для маломобильных граждан и преодоление разобщенности жителей мегаполисов.

Жюри было непросто выбрать победителей, каждая команда была по-своему креативна и искрометна. Чего стоил один только слоган «У вас нет инфраструктуры - приходите в Дом культуры!».

- В конце олимпиады дети фотографировались и обменивались контактами. Совместная работа оказалась лучшим способом для сплочения еще недавно не знакомых друг с другом школьников, - говорит Татьяна Конобеева.

Кроме эмоционального заряда и новых знакомств 89 победителей и призеров олимпиады имеют возможность получить дополнительные 8 баллов при поступлении в МГПУ.

**Маргарита ТИМОФЕЕВА**



# Здоровье – это важно

**Московские школьники выступили с докладами на информационно-образовательной сессии, посвященной Международному дню осведомленности о детском раке**

**В рамках стандарта взаимодействия проекта госпитальных школ «УчимЗнаем» и московских школ - участниц городских проектов предпрофессионального образования в Информационном центре Организации Объединенных Наций в Москве состоялась образовательно-информационная сессия, посвященная Международному дню осведомленности о детском раке.**

Мероприятие было организовано совместно с проектом госпитальных школ «УчимЗнаем», Информационным центром ООН в Москве и Департаментом образования и науки города Москвы. Участники встречи собрались в красивом особняке в центре столицы, чтобы поднять вопросы борьбы с детским раком в России и за рубежом в рамках актуализации целей в области устойчивого развития ООН.

С приветственными словами к участникам обратились руководитель проекта госпитальных школ «УчимЗнаем» Сергей Шариков, руководитель Информационного центра ООН в Москве Владимир Кузнецов, специальный представитель Всемирной организации здравоохранения в России Мелита Вуйнович, академик РАН Александр Румянцев и заместитель руководителя Департамента образования и науки



города Москвы Наталия Киселева. В контексте Международного дня осведомленности о детском раке все выступавшие отметили наибольшую важность двух из семнадцати целей в области устойчивого развития - это здоровье и благополучие, а также качественное образование.

В своей речи Мелита Вуйнович отметила уникальный опыт Москвы по этим двум направлениям и подчеркнула:

- Возвращение к учебе после лечения может стать позитивным впечатлением для ребенка, перенесшего рак, но при этом оно может сопровождаться трудностями,

обусловленными отсутствием в классе, перерывом в общении со сверстниками. Такие проекты, как «УчимЗнаем», имеют жизненно важное значение для благополучия и поддержки детей с онкозаболеваниями. Это именно те меры, которые предпринимаются сейчас для улучшения текущего положения детей и их семей и которые позволят гарантировать онкобольным детям более успешные и справедливые условия в будущем.

Все присутствовавшие единогласно отметили важную роль проекта госпитальных школ «УчимЗнаем» в создании москов-

ской модели госпитальной педагогики, импульс современного столичного образования уже передается в 60 регионах России и странах СНГ. К участию в информационно-образовательной сессии в режиме онлайн присоединились столичные школьники, а также представители госпитальных школ Белгорода и Ташкента (Республика Узбекистан).

Московские школьники - лидеры проектов «Медицинский класс», «Новый педагогический класс», «Медиакласс» из школ №1517, 1560, 1290 и Школы в Некрасовке представили свои презентационные доклады о ключевых направлениях борьбы с детским раком и его медицинских и социальных последствиях. Доклады выступавших оказались неразрывно связаны между собой, дополняя друг друга, докладчики смогли не только раскрыть тему, но и соединить две области - госпитальную педагогику и современные технологии лечения детского рака. В ходе обсуждения эксперты дали ценные рекомендации по развитию тематики заслушанных докладов. Наталия Киселева отметила емкое содержание каждого выступления, оценив высокий уровень подготовки докладов. По ее словам, авторам удалось раскрыть тему ос-

ведомленности о детском раке с разных ракурсов. Она также выразила пожелания в адрес авторов докладов продолжить работу над темами, расширив их важные аспекты в будущих работах.

В свою очередь Сергей Шариков предложил школьникам оформить эти труды в статью и опубликовать в научном журнале «Педиатрия», редактором которого является Александр Румянцев.

- Такая практико-ориентированная модель предпрофессионального образования и привлечение обучающихся к научно-исследовательской деятельности являются основной задачей стандарта взаимодействия проектного офиса «УчимЗнаем» с образовательными организациями. Суть такого стандарта в том, чтобы учащиеся старших классов совместно с учениками госпитальной школы проекта «УчимЗнаем» при поддержке педагогов-тьюторов открывали для себя не только возможности будущих профессий, но и через личный опыт, научные знания уже сейчас находили лучшие кейсы для решения задач, с которыми им предстоит столкнуться в будущем, - подчеркнул Сергей Шариков.



# Шанс оказаться на вершине есть у каждого

## Талантливые дети Москвы



**Эти ребята вдохновляют, они задорные, целеустремленные, успешные. А за каждым успехом любовь и кропотливая работа их педагогов.**

Воспитанницы Дворца на Миусах Софья Балашова и Арина Тон завоевали награды на Кубке Москвы по арфехтованию - второе и третье места! Эти достижения открывают перед спортсменками также двери на чемпионат России!

- Горжусь обеими! И желаю им прекрасно выступить на чемпионате России, - говорит тренер Софьи и Арины, педагог Дворца на Миусах Руслан Маматажиев.

Софья Балашова и Арина Тон занимаются у него по программе «Арт-фехтование».

Воспитанники Дворца на Миусах по программам «Стрельба из блочного лука» и «Стрельба из классического лука» тоже порадовали своих педагогов победами. Две награды завоеваны на Кубке Федерации по стрельбе из блочного лука среди женщин! Эльвира Кильдеева (18 лет) поборолась за «серебро», а Анастасия Байкова (18 лет) - за «бронзу»!

Четыре медали воспитанники Дворца на Миусах получили на первенстве СШОР по стрелковым видам ФАУ МО РФ ЦСКА! «Золото» у Анастасии Байковой в стрельбе из лука в помещении среди юниоров до 21 года. «Золото» у Матвея Данилова (15 лет) и «серебро» у Степана Бутрым

(16 лет) в стрельбе из блочного лука. «Бронза» у Ульяны Борискиной (11 лет) в стрельбе из блочного лука.

И дождь наград на турнире «МКСШОР Восток» по стрельбе из лука.

Стрельба из классического лука среди юношей: Сергей Шарапов, 12 лет; Владимир Сологуб, 11 лет; Валериан Титков,

12 лет; Николай Бутузov, 12 лет. Стрельба из блочного лука среди девушек: Ксения Прошкина, 12 лет; Ольга Скорик, 12 лет; Елизавета Власова, 11 лет.

- Выступили достойно все! Но особенно порадовали самые младшие. Это их первые соревнования! Трое из них пришли в секцию во Дворец на Миусах из кадетских классов школы №1574 всего полтора месяца назад, и уже первые медали. Это здорово! - восклицает педагог и тренер всех ребят Ирина Смелянова.

Туристические объединения Дворца «Хорошево» «Сплав-мастер» и «Эверест» показали лучшие результаты в водном походе 2-й категории сложности!

Команды сплавились по рекам Республики Карелия Воньга и Поньгома и преодолели все поставленные по ходу маршрута задачи. После окончания соревнования судьи приняли оценивать навыки всех команд.



И вот пришел протокол Федерации спортивного туризма - объединения туристов Москвы, где турклуб «Сплав-мастер» занял 1-е место (руководители - Татьяна Рослякова, Михаил Моисеенков), а турклуб «Эверест» - 2-е место (руководитель - Николай Александров).

Анна КОНДА



ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР  
Лора ЗУЕВА

Первый заместитель главного редактора -  
ответственный секретарь  
Ирина ШВЕЦ

Генеральный директор  
Валерий ГУНДАРЕВ

Ведущий редактор  
Лора ЗУЕВА

Компьютерная верстка  
Константин ГРЕССЕЛЬ  
Олег МАТЮНИН

Зав. корректурой  
Екатерина ШМИДТ

Адрес редакции  
107045, Москва,

Ананьевский переулок, 4/2, стр. 1

Телефон для справок (495) 628-82-53

Электронная почта ug@ug.ru

Веб-сайт http://www.ug.ru

Учредитель

АО «Издательский дом  
«Учительская газета»

Издатель

АО «Издательский дом  
«Учительская газета»

«Учительская газета-Москва» 12+

Номер выпуска 11 (10976)

14 марта 2023 года

Время подписания в печать

14.00

13 марта 2023 г.

Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (ПИ №ФС77-50524)

Отпечатано в типографии  
ОАО «Московская газетная типография»  
123995, г. Москва,  
ул. 1905 года, д. 7, стр. 1

Тип. 0612

Индексы: 19690, 16807

Тираж 1000 экз.

Цена договорная

© «Учительская газета».

Все права защищены.

Перепечатка допускается только по письменному согласованию с редакцией, ссылка на «УГ» обязательна.

Ⓚ - материал печатается на коммерческой основе.

Редакция не несет ответственности за достоверность информации, данной в рекламном объявлении.

Точка зрения автора может не совпадать с позицией редакции.

Рукописи, фотографии, рисунки не рецензируются и не возвращаются.

# Красота на все времена

## Студенты - ветеранам



**Накануне Международного женского дня студентки-второкурсники московского колледжа сферы услуг №10 приехали в гости к ветеранам труда, проживающим в геронтологическом центре «Люблино», где организовали для них день красоты.**

К ребятам выстроилась целая очередь из желающих преобразиться. Под аккомпанемент живой музыки постылицам центра делали маски, наносили макияж, корректировали и окрашивали брови. В отдельной комнате открылась парикмахерская. Здесь будущие парикмахеры стригли, окрашивали и укладывали волосы с учетом всех пожеланий модниц геронтологического центра.

- Забота и внимание формируют счастье. Людям необходимо помогать друг другу, поддерживать их, выручать. Наш колледж следует именно этому принципу. Мы также связаны с поварской деятельностью, поэтому часто стараемся помогать хосписам, центрам паллиативной помощи и другим организациям в приготовлении угощений и вкусных подарков к праздникам. Но волонтеры участвуют и в других

акциях, одной из последних была помощь детской Морозовской больнице в закупке подгузников и влажных салфеток. А сегодня волонтерский центр «Доброволец» отправился в гости в геронтологический центр «Люблино». Ранее мы уже проводили здесь дни именинников, вместе пекли торты и другие сладости. Теперь 53 ветерана решились на перемены в своем образе. А помогли им в этом наши неравнодушные студентки, - рассказал Никита Дейнеко, куратор волонтерского центра «Доброволец» колледжа сферы услуг №10.



От общения с молодежью пенсионеры зарядились положительной энергией, наполнились душевным теплом. Неудивительно, что когда ветераны увидели в зеркале свои новые образы, которые им создали старательные студентки, то очень обрадовались. Но самым главным в общении разных поколений, конечно, стали дружеские отношения и время, проведенное вместе.

- Я пять лет служила в Богородском храме, потом работала в детском саду и всегда носила короткую стрижку. От природы у меня русый цвет волос. Но теперь я отрастила волосы

и сегодня с помощью студенток окрасила их в пепельный цвет. Я люблю эксперименты. Ведь очень важно следить за собой в любом возрасте. Я сама делаю себе маникюр, никому не могу доверить этот ответственный процесс, обязательно утром и вечером ухаживаю за лицом: делаю маски, пользуюсь разными кремами. А после сегодняшнего преображения хоть под венец, - поделилась впечатлениями пенсионерка Валентина Борисовна.

- Добровольческое движение в нашем колледже функционирует с 2021 года. Оно охватывает несколько направлений волонтерства: социальное, профессиональное, экологическое, а также донорство. А недавно наша команда волонтеров стала лауреатом третьей степени в номинации «Добровольческое объединение года» в конкурсе «Молодые профессионалы Москвы». Такие мероприятия полезны не только с духовной точки зрения, они помогают тренировать и свое профессиональное мастерство. А что может быть лучше, если приятное соединяется с полезным?! - подчеркнула директор колледжа сферы услуг №10 Екатерина Писарик.

**Зоя ЛАРИНА**

