

Утверждаю
директор КГУ «Школа-лицей №66»

Мисюрин Н.М. 
« 2 » 09 2024 г.



Программа педагогической поддержки родителей
учащихся 10–11 классов

№	Тема	Содержание	Сроки проведения	Ответственные
1	Сон и ментальное здоровье подрастающей	1.Понимание важности здорового сна. 2.Влияния сна на физическое и психическое состояние. 3.Почему важно умение расслабиться перед сном и как это влияет на качество сна. 4.Рекомендации: как создать спокойную атмосферу перед сном для лучшего отдыха	Октябрь	Классные руководители
2	Питание вне дома	1.Развитие навыка принятия решений у ребенка. 2.Экологичные (психологически безопасные) способы замены фастфуда. 3.Поддержка здорового питания: мотивы и решения. 4.Практические советы и шаги здорового питания в домашних условиях и вне.	Ноябрь	Классные руководители
3	Учимся в течении всей жизни: зачем? как?	1.Зачем человеку нужно самообразование? 2.Какое место занимают в самообразовании самоанализ, самооценка, умение управлять собой? 3.Какими умениями и навыками самообразования должен овладеть ребенок. 4.Как помочь ребенку организовать самообразовательную деятельность.	Декабрь	Классные руководители
4	Поощряем креативность	1.Значимость креативного мышления в преуспевании старшеклассников 2.Навыки, способствующие развитию креативного мышления 3.Способы развития креативности в семейной обстановке 4.Путь к креативности: методы и подходы	Январь	Классные руководители
5	Становление личности: право на самостоятельность	1.Важность психологического отделения (сепарации) от родителей, этапы. 2.Виды сепарации: эмоциональная, ценностная, практическая, конфликтная. 3.Факторы, влияющие на сепарацию: анализ	Февраль	Классные руководители

		кейсов. 4.Значимость установления границ в отношениях между родителями и подростками.		
6	Эмоциональное выгорание родителей: как его предотвратить	1.Как распознать признаки эмоционального истощения: сигналы предстоящего выгорания. 2.Фазы эмоционального истощения у вовлеченных родителей 3.Методы и приемы для самостоятельного преодоления эмоционального выгорания. 4. Профилактика эмоционального выгорания.	Март	Классные руководители
7	Формирование культуры личной безопасности	1.Что такое культура личной безопасности? 2.Привитие в семье навыков личной безопасности 3.Формирование этики поведения и культуры личной безопасности 4.Принятие норм, убеждений, ценностей личной безопасности в повседневной жизни	Апрель	Классные руководители
8	Взгляд в будущее: как помочь ребенку раскрыть свой потенциал	1.Как понять старшеклассника 2.Новые возможности для ребенка — новые задачи родителей 3.Помощь в выборе профессии 4.Развитие универсальных навыков для успешной жизни	Май	Классные руководители