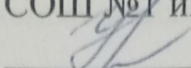


МБОУ "Пестречинская средняя общеобразовательная школа №1 с углублённым изучением отдельных предметов имени Героя России Ивана Алексеевича Додосова"

Утверждаю:

Директор МБОУ «Пестречинская  
СОШ №1 им. И.А.Додосова»

 Н.И. Утяганова

«29» августа 2025 г.

ПЛАН

по профилактике буллинга и кибербуллинга на 2025-2026 учебный год

Составитель: педагог-психолог  
Семенова Марина Сергеевна  
Егорова Светлана Витальевна

Пестрецы, 2025 г.



Цель: Профилактика буллинга, кибербуллинга и агрессии в школьной среде, создание комфортного психологического микроклимата, сохранение психологического здоровья обучающихся.

Задачи:

- способствовать нормализации эмоционального состояния и поведения обучающихся;
- оказывать помощь обучающимся в снижении проявления агрессивности в школьной среде;
- формировать навыки конструктивного реагирования в конфликте и сложных жизненных ситуациях;
- способствовать развитию толерантности, эмпатии участников образовательного процесса;
- повышать социально-психологическую компетентность педагогов и родителей в вопросах профилактики буллинга среди обучающихся;
- осуществлять координацию совместной деятельности классных руководителей, педагогов - психологов, социальных педагогов по профилактике буллинга и агрессии в школе

| № п/п                          | Тип мероприятия           | Тема                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Планируемая дата проведения | Ответственный                                       | Примечание |
|--------------------------------|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------|------------|
| <b>Просветительская работа</b> |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                             |                                                     |            |
| 1                              | Семинары, тренинги, игры. | Просветительской работы по предотвращению буллинга психолог<br>может провести для педагогов следующие мероприятия:<br>Семинар "Буллинг в школе: как распознать и эффективно реагировать"<br>Кейс игра для классных руководителей "Управление конфликтами в классе"<br>Консультация "Алгоритм действий классного руководителя при выявлении буллинга"<br>Лекция "Методы формирования здорового психологического климата в классе"<br>Практикум "Игры и упражнения для сплочения детского коллектива" Рекомендации для классных руководителей "Как провести классный час по профилактике буллинга"<br>Памятки для педагогов "Признаки буллинга", "Как реагировать на буллинг", "Как построить конструктивный диалог" и др. |                             | Заместитель директора по ВР<br>Педагоги – психологи |            |
| 2                              | По плану                  | Проведение недели психологии с тренингами направленными на профилактику буллинга.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Октябрь                     | Заместитель директора по ВР<br>Педагоги – психологи |            |



|   |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                  |                                                  |  |
|---|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------|--|
| 3 | Работа на сайте, оформление стендов в школе  | Создание информационных стендов и памяток для классных руководителей, родителей, детей. Для стенда: Девизы "Нет буллингу!", "Будь собой!", "Мы разные - мы равные!" Информация о формах и видах буллинга Признаки того, что ребенок стал жертвой буллинга Куда обращаться за помощью детям и родителям Полезные советы о том, как противостоять буллингу. Для памяток: Для детей: "Как сказать: НЕТ! буллингу", "Что делать, если ты стал жертвой буллинга" Для родителей: "Как распознать, что ваш ребенок подвергается буллингу" Для педагогов: "Как реагировать на буллинг в классе", "Как предотвратить буллинг в школе" | В течении года   | Заместитель директора по ВР Педагоги – психологи |  |
| 4 | Беседа                                       | Встречи с инспектором по делам несовершеннолетних на тему «Школьный буллинг, как предпосылка противоправного поведения подростков и его предупреждение»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | В течении года   | Классные руководители и учащиеся 5-7 класс       |  |
| 5 | Выступление на собрание, разработка буклетов | Общешкольное родительское собрание «Буллинг в детской среде, как значительные изменения в жизни обучающихся, приводящие к психическому дистрессу»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | февраль          | Педагоги – психологи                             |  |
| 6 | Семинар                                      | Семинары для классных руководителей:<br>• Буллинг в школе: как помочь ребенку побороть агрессию.<br>• Буллинг в школе. Его причины и устранение.<br>• Основные фазы развития буллинга в ОО                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Ноябрь - декабрь | Педагоги – психологи                             |  |



|    |                     |                                                                                                                            |                 |                      |  |
|----|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|--|
| 7  | Работа с сайтом     | Подготовить буклеты для обучающихся, родителей. Оформление сайта школы, стендов с рекомендациями для учащихся и родителей. | В течении года. | Педагоги – психологи |  |
| 8  | Урок, классные часы | Урок доверия «Международный день детского телефона»                                                                        | Сентябрь        | Педагоги – психологи |  |
| 9  | Флеш моб            | Акция «Телефон доверия» под девизом: «Информирование о телефоне доверия – шаг к безопасности ребенка!»                     | Сентябрь        | Педагоги – психологи |  |
| 10 | Беседы с детьми     | Профилактические беседы с детьми, склонными к проявлению агрессии и жестокости, их родителями и классными руководителями.  | Декабрь - май   | Педагоги – психологи |  |

#### Диагностика для выявления склонности к буллингу

|    |              |                                                                                                                     |                |                    |   |
|----|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------|---|
| 11 | Тестирование | Тест школьной тревожности Филлипса. Помогает определить уровень и причины тревожности ребенка в школе. 5-8 классы   | Сентябрь       | Педагоги психологи | — |
| 12 | Тестирование | Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (СОП) А.Н. Орел. 9-11                                    | Сентябрь       | Педагоги психологи | — |
| 13 | Тестирование | Методика "Социометрия" Дж. Морено. Выявляет социальный статус ребенка в классе, позволяет найти изгоев. 1-11 классы | Октябрь        | Педагоги психологи | — |
| 14 | Тестирование | Методика "Кактус" Монро. Проективная методика для изучения особенностей межличностных отношений и выявления изгоев. | Ноябрь         | Педагоги психологи | — |
| 15 | Тестирование | Проведение мониторинга обучающихся 5-11 классов на выявление конфликтных ситуаций                                   | Ноябрь         | Педагоги психологи | — |
| 16 | Тестирование | Наблюдение за поведением детей во время перемен, на уроках, в неформальной обстановке                               | В течение года | Педагоги психологи | — |

Для учащихся

1-4 классы



|    |              |                                                                          |         |                    |   |  |
|----|--------------|--------------------------------------------------------------------------|---------|--------------------|---|--|
| 17 | Классный час | Что такое дружба и уважение.                                             | Ноябрь  | Педагоги психологи | - |  |
| 18 | Классный час | Почему важно сообщать взрослым если тебя или твоего товарища обижают.    | Декабрь | Педагоги психологи | - |  |
| 19 | Классный час | Дружные класс                                                            | Январь  | Педагоги психологи | - |  |
| 20 | Классный час | Безопасность в интернете, как пользоваться интернет ресурсами с пользой. | Февраль | Педагоги психологи | - |  |
| 21 | Классный час | Если у вас конфликт в классе, как его избежать.                          | Март    | Педагоги психологи | - |  |
| 22 | Классный час | Настоящая дружба, правила в общении.                                     | Апрель  | Педагоги психологи | - |  |

#### 5-8 классы

|    |                          |                                                               |         |                    |   |  |
|----|--------------------------|---------------------------------------------------------------|---------|--------------------|---|--|
| 23 | Классный час             | Учись быть добрым.                                            | Ноябрь  | Педагоги психологи | - |  |
| 24 | Беседа с применением ИКТ | Безопасность в интернете.                                     | Декабрь | Педагоги психологи | - |  |
| 25 | Тренинг                  | Конфликты в классе, как избежать и разрешить их мирным путем. | Январь  | Педагоги психологи | - |  |
| 26 | Классный час             | Травля или буллинг.                                           | Февраль | Педагоги психологи | - |  |
| 27 | Классный час             | Как не стать жертвой буллинга.                                | Март    | Педагоги психологи | - |  |
| 28 | Классный час             | Способы решения конфликтов с ровесниками.                     | Апрель  | Педагоги психологи | - |  |

#### 9-11 классы

|    |              |                                                                 |         |                    |   |  |
|----|--------------|-----------------------------------------------------------------|---------|--------------------|---|--|
| 29 | Классный час | Кибер буллинг и нетсталкинг как не стать агрессором или жертвой | Ноябрь  | Педагоги психологи | - |  |
| 30 | Классный час | Конфликты в классе, что делать?                                 | Декабрь | Педагоги психологи | - |  |
| 31 | Классный час | Толерантность в молодежной среде                                | Январь  | Педагоги психологи | - |  |
| 32 | Классный час | Социальные сети: за и против, безопасное общение в интернете.   | Февраль | Педагоги психологи | - |  |
| 33 | Классный час | Настоящая дружба, уважение в общении.                           | Март    | Педагоги психологи | - |  |
| 34 | Классный час | «Жизнь без агрессии»                                            | Апрель  | Педагоги психологи | - |  |



Для родителей

|    |                       |                                                             |  |  |  |
|----|-----------------------|-------------------------------------------------------------|--|--|--|
| 35 | Родительское собрание | «Буллинг в начальной школе» 1-4 классы                      |  |  |  |
| 36 | Родительское собрание | «Кибербуллинг, безопасность в сети интернет» 5-8 классы     |  |  |  |
| 37 | Родительское собрание | «Травля в интернете. Правила кибербезопасности» 9-11 классы |  |  |  |