

«Согласовано»
ЗДВР Тер.глицкая Ю.С.

2024г

«Утверждаю»
Руководитель КГУ «СОШ»18»
Бергузинова Г.Ж.
2024г

План педагогической поддержки родителей учащихся 10-11 классов в КГУ «СОШ №18» на 2024-2025 учебный год

№	Тема	Содержание	Дата, время проведения	Ответственные
1	Сон и ментальное здоровье подростка	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	сентябрь 27.09.2024 19.00ч	ЗДВР Психолог
2	Питание вне дома	1. Развитие навыка принятия решений у ребенка 2. Экологичные (психологические безопасные) способы замены фастфуда 3. Поддержка здорового питания: мотивы и решения 4. Практические советы и шаги здорового питания в домашних условиях и вне	октябрь 23.10.2024 19.00ч	ЗДВР Психолог
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	ноябрь 29.11.2024г 19.00ч	ЗДВР Психолог
4	Поощряем креативность	1. Значимость креативного мышления в преуспевании старшекласников 2. Навыки, способствующие развитию креативного мышления 3. Способы развития креативности в семейной обстановке 4. Путь к креативности: методы и подходы	декабрь 20.12.2024г 19.00ч	ЗДВР Психолог

5	<p>Становление личности: право на самостоятельность</p>	<p>1. Важность психологического отделения (сепарации) от родителей, этапы 2. Виды сепарации: эмоциональная, ценностная, практическая, конфликтная 3. Факторы, влияющие на сепарацию: анализ кейсов 4. Значимость установления границ в отношениях между родителями и подростками</p>	<p>январь 24.01.2025 19.00ч</p>	<p>ЗДВР Психолог</p>
6	<p>Эмоциональное выгорание родителей: как его предотвратить и преодолеть?</p>	<p>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.</p>	<p>февраль 21.02.2025 19.00ч</p>	<p>ЗДВР Психолог</p>
7	<p>Формирование культуры личной безопасности</p>	<p>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</p>	<p>март 17.03.2025 19.00ч</p>	<p>ЗДВР Психолог</p>
8	<p>Взгляд в будущее: как помочь ребенку раскрыть свой потенциал</p>	<p>1. Как понять старшекласника 2. Новые возможности для ребенка — новые задачи родителей 3. Помощь в выборе профессии 4. Развитие универсальных навыков для успешной жизни</p>	<p>Апрель 25.04.2025 19.00ч</p>	<p>ЗДВР Психолог</p>