



# БЛОКНОТ классного руково~~ди~~теля

Учитель, будь солнцем, излучающим  
человеческое тепло, будь почвой,  
богатой ферментами человеческих чувств,  
и сей знания не только в памяти и сознании  
твоих учеников, но и в их душах и сердцах...

Ш. Амонашвили



*В Краснодарском крае*

**40 000**  
*классных руководителей*

Чудесные  
Поддерживающие  
Доброжелательные  
Заботливые  
Чуткие  
Мудрые  
Гармоничные  
Ответственные  
Настойчивые  
Лидеры  
Стремящийся  
Честные  
Дисциплинированные  
Понимающие  
Опытные  
Внимательные  
Любящие  
Энтузиасты  
Профессионалы  
Объединяющие  
Энергичные  
уважаемые

Творческие  
Коммуникабельные  
Вдохновляющие  
развитию

Тактичные  
Практики  
Новаторы

Профессиональные

*А ты – один из них!*



Региональное сообщество  
классных руководителей  
Краснодарского края  
на сайте ГБОУ ИРО



Региональное сообщество  
классных руководителей  
Краснодарского края  
в СФЕРУМ

## Уникальность и неповторимость – неотъемлемая часть успеха

Ф.М. Достоевский

*Я горжусь собой и своими достижениями!*

# Иду к цели!

Впиши свою цель. А теперь подумай, как ты сможешь ее достичь? Запиши свои идеи по достижению цели. Одна из них точно приведет тебя к ней!



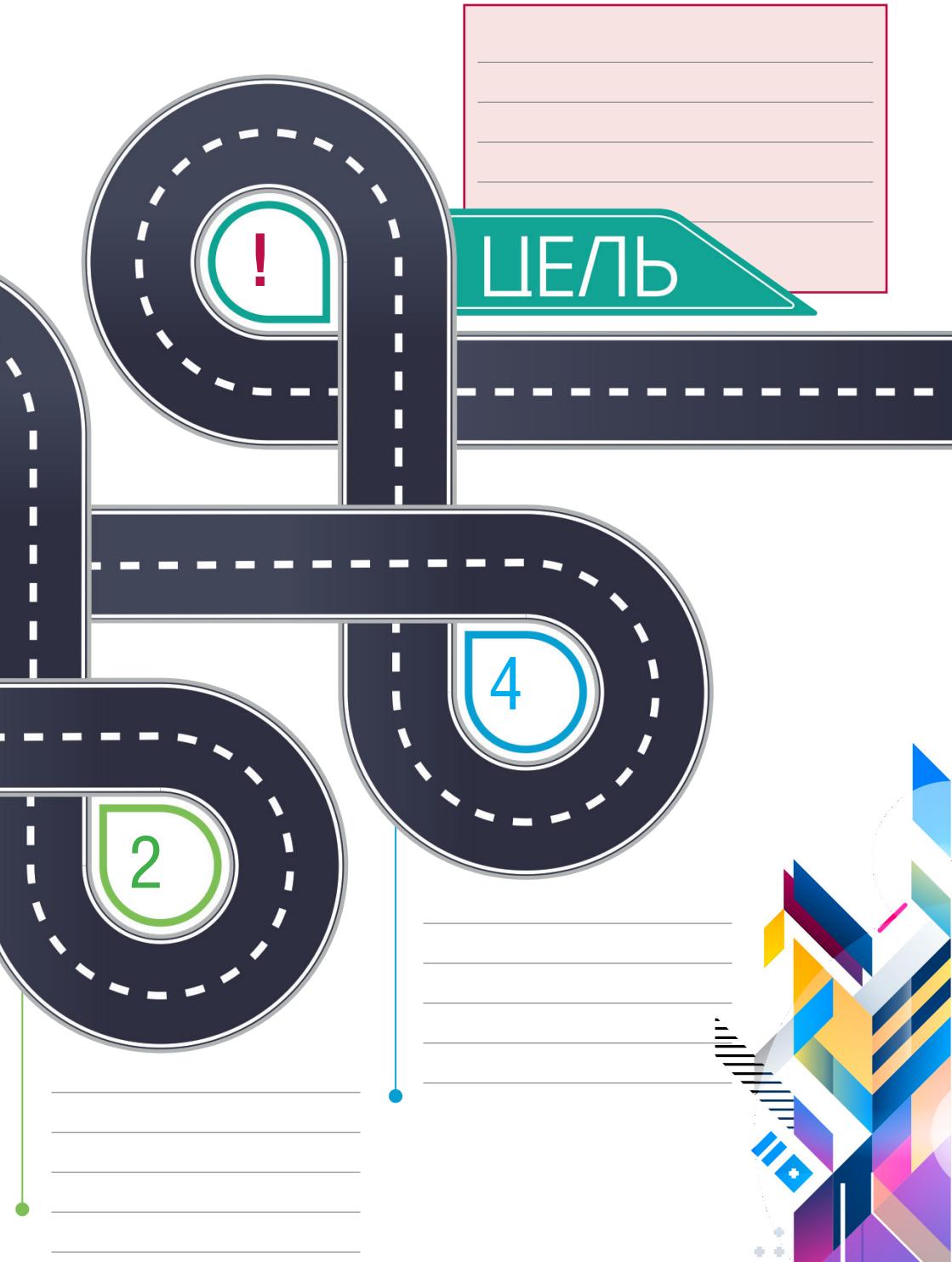
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_







## В помощь...



Будьте с нами  
на связи!



Портал педагога  
Краснодарского  
край



Программа  
воспитания



Справочник  
классного  
руководителя



Навигатор  
профилактики  
«Безопасное  
детство»



Воспитательная  
длительность.  
Методические  
материалы



Психолого-  
педагогический  
навигатор  
«Семья»



Вебинары  
по профилактике  
безднадзорности  
и правонарушений  
несовершеннолетних



Всероссийский  
проект  
«Открытые  
уроки»



Всероссийский  
проект  
«Открытые  
родительские  
собрания»



Программа  
«Наше время,  
или взрослым  
вход воспрещен»  
на радио  
«Комсомольская  
правда»



«Семейный час»  
на  
«Дорожном  
радио»



Журнал  
для родителей  
«Семья и школа»

Я

Осознаю свое влияние на учеников;

Оцениваю свою работу по результатам учеников;

Ставлю сложные задачи и не боюсь ошибок;

Даю ученикам понятную обратную связь  
и ожидаю от них того же;

Много слушаю учеников и мало говорю;

Выстраиваю доверительные отношения с учениками;

Думаю не только о процессе обучения,  
но и о результате;

Работаю в команде с коллегами.





# В классе новенький

Как помочь ребенку адаптироваться  
в новом коллективе?

## 1. Знакомство

Представьте ребенка классу, попросите рассказать о себе, проведите игры на знакомство.

## 2. Тип новичка

Составьте вместе с учеником инструкцию, где будет собрана важная информация о школе.

## 3. Ученик-наставник

Выберите дружелюбного ученика, который будет помогать новичку в первые дни учебы.

## 4. Личная беседа

Поговорите с новым учеником наедине: расскажите о себе, создайте доверительную атмосферу, попросите ребенка поделиться переживаниями.

## 5. Знакомство с родителями

Наладив отношения с родителями новичка, вы обеспечите ему поддержку из дома.

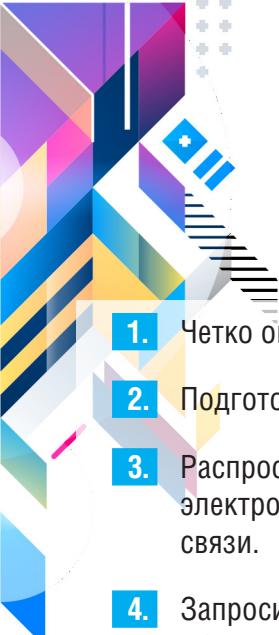
## 6. Процесс обучения

Будьте внимательны к ученику и выдавайте индивидуальные задания, если видите, что он не справляется с новой программой, или наоборот она для него слишком легкая.

# Сентябрь



#1сентября, #здравствуйшкола, #линейка, #деньзнаний



# Как организовать и провести родительское собрание?

Ключевые моменты, на которые стоит обратить внимание

1. Четко определите повестку.
2. Подготовьте краткое описание каждой темы.
3. Распространите повестку, дату и время собрания заранее через электронную почту, чат-класс или другие доступные каналы связи.
4. Запросите вопросы заранее. Это поможет вам подготовиться к обсуждению наиболее актуальных тем и избежать неожиданных ситуаций.
5. Создайте безопасную атмосферу. Установите правила: никто не должен прерывать других, и все мнения должны уважаться. Попросите родителей не вести аудио- или видеозаписи собрания, чтобы не нарушать конфиденциальность и создать условия для открытого общения.
6. Избегайте оценочных суждений и эмоциональных высказываний. Будьте конструктивны и уверенно отвечайте на критику. Можно договориться о следующих собраниях или встречах.
7. Организуйте обратную связь.
8. Подготовьте краткий отчет о собрании и разошлите его родителям, чтобы те, кто не смог прийти, также были в курсе обсуждаемых вопросов.
9. После собрания оставайтесь открытым для вопросов и комментариев от родителей. Это поможет укрепить доверие и создать атмосферу сотрудничества.

# Октябрь



#деньучителя, #осеннийбал, #деньотца, #золотаяосень, #осенние��аникулы



# Конфликт в классе. Что делать?

Рекомендации по последовательности действий

1. Физически или словесно остановите ребенка, который проявляет агрессию.
2. Поддержите жертву, скажите, что понимаете, что ему/ей было больно и неприятно, даже если это происходит на уроке.
3. Предложите варианты действий, которые помогут детям прийти в себя во время сильных переживаний: попить воды, подышать, что-то сильно сжать.
4. Когда все участники успокоятся, разберитесь в причинах. Не заставляйте детей сразу перед друг другом извиняться, нужно выслушать обоих.
5. Разрешить агрессору и жертве отдохнуть и вернуться к занятию тогда, когда они будут к этому готовы.
6. После урока, в личном разговоре, предложите агрессору безвредные способы выражения злости: что-то крепко сжать, потопать, постучать, крикнуть, высказать словами.
7. Отмечайте в течение недели (месяца, четверти) прогресс ребенка в освоении этих способов.

**Дети-аггрессоры мотивированы на избегание неудачи.  
Им важно слышать характеристику и понимать,  
что у них что-то получается**

# Ноябрь



#деньматери #всемирныйденьмолодежи, #деньсыновейвропы, #школьныебудни



## Травля в классе

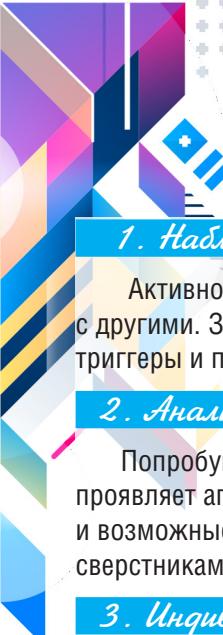
Что нужно помнить  
и какие действия предпринимать?

1. Травля не пройдет сама собой. Учителю нужно вмешаться.
2. Признайте проблему и возьмите ответственность за ее решение.
3. Назовите явление группе. То, что происходит – травля и насилие, а не игры и шутки.
4. Дайте однозначную оценку происходящему: травля – это плохо.
5. Не переходите на критику конкретных участников.
6. Удерживайте фокус группы на том, что травля – общая проблема, и ее решение важно для всех.
7. Сформулируйте правила группы: как можно и как нельзя общаться друг с другом.
8. Следуйте правилам, постоянно возвращайтесь с группой к ним. Взаимодействуйте, следите за соблюдением. Дети следуют за поведением взрослого.
9. Будьте готовы к тому, что ситуация травли не прекратится сразу.
10. Отслеживайте позитивные изменения и называйте их детям.

# Декадъ



#новыйгод, #деньконституциирф, #международныйденьволонтеров



# В классе агрессивный ребенок

Алгоритм действий классного руководителя

## 1. Наблюдение

Активно наблюдайте за поведением ребенка в классе и во взаимодействии с другими. Записывайте ситуации, когда проявляется агрессия, чтобы понять триггеры и паттерны поведения.

## 2. Анализ ситуации

Попробуйте выяснить, в каких ситуациях и по каким причинам ребенок проявляет агрессию. Обратите внимание на его эмоциональное состояние и возможные внешние факторы (ситуации дома, отношения с родными и сверстниками).

## 3. Индивидуальная встреча

Организуйте личную встречу с ребенком в спокойной атмосфере. Обсудите его чувства и эмоции, постарайтесь понять причины агрессивного поведения без осуждения.

## 4. Сотрудничество с родителями

Пообщайтесь с родителями ребенка. Обсудите их наблюдения и впечатления. Возможно, они могут предоставить дополнительные данные о поведении ребенка вне школы.

## 5. Работа с классом

Проведите беседы с классом о важности уважения и понимания друг друга. Обсуждайте темы, связанные с эмоциональным интеллектом и разрешением конфликтов.

## 6. Создание безопасной среды

Обеспечьте ощущение безопасности для всех учеников в классе. Убедитесь, что у детей есть возможности для самовыражения, общения и поддержки.

## 7. Введение правил и ожиданий

Установите четкие правила поведения. Объясните, что агрессивное поведение недопустимо и что есть последствия за такое поведение.

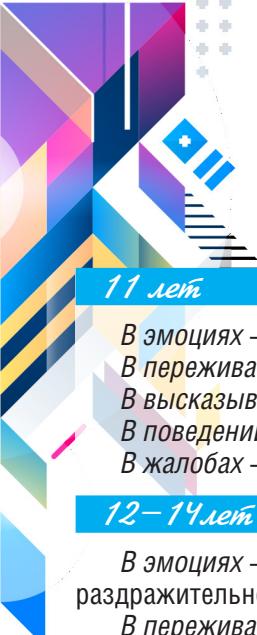
## 8. Поощрение положительного поведения

Поддерживайте и поощряйте положительное поведение ребенка, когда он делает хорошие выборы. Это поможет ему почувствовать себя более уверенно.

## Январь



#новыйгод2026, #рождество, #зимниеканикулы



# На что обратить внимание при угрозе возникновения суицидального поведения

## 11 лет

В эмоциях – тревожность  
В переживаниях – чувство обиды, брошенности  
В высказываниях – устойчивые фантазии о смерти  
В поведении – частый плач, замкнутость, истерика  
В жалобах – на боли в теле

## 12–14 лет

В эмоциях – напряженность, эмоциональная неустойчивость, подавленность, раздражительность  
В переживаниях – проявление чувства вины, безнадежности, одиночества  
В высказываниях – мысли, прямые или косвенные высказывания о самоповреждении или самоубийстве (А что будет после смерти?)  
В поведении – импульсивность, пропуски школы и плохая успеваемость  
В жалобах – на непонимание окружающими, не понимание себя

## 15–17 лет

В эмоциях – тревога, тоска, гнев, суженное сознание  
В переживаниях – отчаяние, бессмысленность, безнадежность, одиночество  
В высказываниях – несостоятельность, разочарование в себе, прямые или косвенные высказывания о самоповреждении или самоубийстве  
В поведении – как замкнутость, так и вызывающее поведение при высокой обидчивости и ранимости  
В жалобах – на выраженное физическое или психическое страдание (душевная боль)

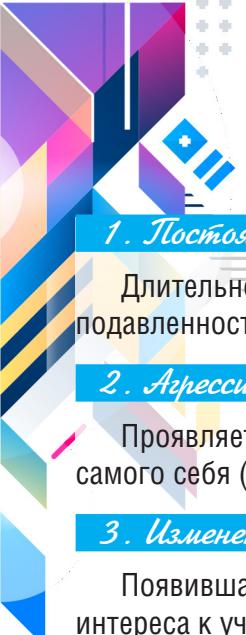
## Алгоритм действий

1. Если вы увидели хоть один из признаков или получили информацию об угрозе жизни ребенка, то необходимо уведомить администрацию образовательной организации.
2. Обратитесь к педагогу-психологу за помощью.
3. Не отпускайте ребенка одного домой, предайте его родителям, так как в возникшей ситуации ему необходимо находиться под пристальным вниманием родителей.

# Февраль



#деньзащитникаотечества, #деньвоинскойславыроссии, #скоровесна, #любовь



# Когда ученика необходимо направить к психологу?

## 1. Постоянные эмоциональные проблемы

Длительное или устойчивое состояние тревоги, депрессии или подавленности, которое не исчезает и не улучшается с течением времени.

## 2. Агрессивное поведение

Проявляет агрессию в отношении одноклассников, учителей или самого себя (физическую, вербальную, эмоциональную).

## 3. Изменения в поведении

Появившаяся замкнутость, отказ от общения с друзьями, снижение интереса к учебе или внеклассным занятиям.

## 4. Проблемы в общении

Значительные трудности в социализации, проблемы с установлением дружеских отношений или постоянные конфликты с одноклассниками.

## 5. Симптомы стресса

Головная боль, боли в животе, проблемы со сном и другие.

## 6. Проблемы с самоконтролем

Неумение контролировать свои эмоции или импульсивное поведение, которое мешает учебному процессу и взаимодействию с окружающими.

## 7. Родительские тревоги

Если родители выражают тревогу о психологическом состоянии ребенка или сообщают о проблемах, которые требуют вмешательства специалиста.

## 8. Потеря или травма

Утрата близкого человека, травматический опыт или значительное изменение в жизни ребенка, требующее профессиональной поддержки.

## 9. Социальная изоляция

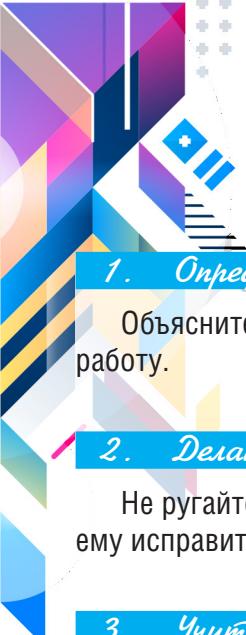
Исключение из групп, что может указывать на проблемы с адаптацией.

## 10. Нанесение вреда самому себе.

Math



#международныйженскийдень, #поздравления, #весна2026, #международныйденьземли, #весенниеканикулы



# Как давать эффективную обратную связь ученикам?

## 1. Определите критерии оценивания

Объясните ученикам, по каким параметрам будете оценивать их работу.

## 2. Делайте конструктивные замечания

Не ругайте ученика, а предложите конкретные шаги, которые помогут ему исправиться.

## 3. Учитывайте личность ученика

Не сравнивайте учеников друг с другом. Лучше анализируйте прогресс каждого ребенка по сравнению с его предыдущими результатами.

## 4. Хвалаите конкретику

Не используйте шаблонные фразы: «молодец», «умница», «хорошо». Дайте конкретные комментарии, например: «твое решение самое нестандартное».

## 5. Соблюдайте баланс

Сначала похвалите ученика, потом укажите его ошибки, а затем посоветуйте конкретные действия, которые ему стоит предпринять в дальнейшем.

## 6. Выстраивайте диалог с учениками

Обсуждайте с учащимися ваши комментарии, задавайте вопросы, мотивируйте их смело высказывать свое мнение.

## Апрель



#денькосмонавтики, #деньдочерейроссии, #веснавднуш, #скоролето



# Как организовать работу родительского чата

## 1. Рекомендуемая платформа – СФЕРУМ

Убедитесь, что все родители имеют доступ к выбранной платформе.

## 2. Создайте канал с эксклюзивным доступом,

где будете писать только вы как классный руководитель. Это поможет сохранить фокус на важных сообщениях и объявлениях.

## 3. Установите правила общения в чате с родителями

Определите по каким вопросам можно писать в родительский чат, регламентируйте время работы чата. Договоритесь, что для общения родителей между собой есть отдельные чаты.

## 4. Оформляйте сообщения в чате с родителями правильно

Выделяйте важные сообщения звездочками, галочками, цветными точками, любыми заметными смайликами.

## 5. Поддерживайте позитивную атмосферу

## 6. Оформление постов

Используйте форматирование, эмодзи и выделение важной информации.

## 7. Запланируйте периодические обновления

(Например, раз в неделю) с новостями и событиями.

## 8. Настройте систему для сбора отзывов

Например, раз в месяц делайте опрос.

## Май



#миртрудмай, #деньпобеды, #международныйденьмузеев, #последнийзвонок

# Сценарии, которые могут привести к эмоциональному выгоранию педагога

Как решать проблемы?

## 1. Перегрузка

Практически все учителя сталкиваются с переизбытком задач. Он приводит к выгоранию. Отсортируйте задачи по приоритетам. Поговорите с начальством о перегрузках. Оптимизируйте часть задач с помощью технологий.

## 2. Начало профессии

Часто у молодых педагогов границы между личной жизнью и работой стираются. Внимательней относитесь к своему здоровью, уделяйте время хобби. На каждые шесть часов работы должен приходиться хотя бы один свободный час.

## 3. Большой стаж

Нередко от выгорания страдают те, кто работает в школе более 20 лет. В этот период за рутинными обязанностями перестает быть виден смысл профессии. Важно вспомнить, почему профессия нравилась раньше. Из-за чего вы выбрали работу с детьми? Где сейчас в системе ценностей эта причина? Что изменилось и как это исправить?

## 4. Невнимательность к своим эмоциям

Принято думать, что выгорают быстрее всего те, кто больше всего сопереживает другим. Но это не так: многое зависит от того, насколько хорошо человек понимает свои эмоции и управляет ими.

Попробуйте ответить на вопросы: «Часто ли я анализирую свои переживания?», «Могу ли понять, почему испытываю конкретную эмоцию и на что она направлена?». Важно уметь понимать и свои эмоции, и эмоции окружающих.

# Как сохранить здоровье учителя?

Шесть советов педагогу

## 1. Высыпайтесь

Наладьте режим дня – ложитесь спать и просыпайтесь в одно и то же время.

## 2. Помните о физической нагрузке

Спортивные упражнения способствуют хорошему сну и дают энергию в течение дня.

## 3. Пользуйтесь приложениями

для улучшения сна и занятий спортом. Они помогут отслеживать ваш режим дня.

## 4. Рассставьте временные границы

Определите рабочее время, время для семьи, время для себя.

## 5. Медитируйте

Закрыть глаза на минуту и вдохнуть полной грудью – тоже медитация.

## 6. Учитесь новому

Любая умственная активность помогает развиваться в личностном и профессиональном плане.





## Июнь

## Июль



# Абзесм



УДК 371.1 371.4  
ББК 74.03 74.2 74.4  
С 94

*Утвержден на заседании Редакционно-издательского совета  
ГБОУ ИРО Краснодарского края  
Протокол № 2 от 25.05.2025 г.*

*Составитель: Савельева А.Л., Мищенко Н.И.*

*Внутренний рецензент:*

**Забашта Е.Г.**, руководитель центра непрерывного повышения  
профессионального мастерства педагогических работников ГБОУ ИРО  
Краснодарского края

*Внешний рецензент:*

**Сафонова А.Д.**, доцент кафедры педагогики и психологии факультета  
педагогики, психологии и коммуникативистики ФГБОУ ВО «КубГУ»,  
кандидат психологических наук

С 94

**Блокнот классного руководителя** / Министерство образования и науки  
Краснодарского края, ГБОУ ИРО Краснодарского края; сост. Савельева А.Л.,  
Мищенко Н.И.; рец.: Забашта Е.Г., Сафонова А.Д. – Краснодар : ГБОУ ИРО  
Краснодарского края, 2025. – 32 с.

Блокнот классного руководителя с рекомендациями по организации профилактики и адаптации обучающихся является практическим пособием, предназначенным для педагогов, работающих с детьми и подростками. Он включает кратко изложенные проверенные практиками подходы и эффективные стратегии, направленные на создание поддерживающей и безопасной образовательной среды.

Блокнот станет незаменимым помощником для классных руководителей в вопросах воспитания и профилактики, профессионального роста и предупреждения профессионального выгорания.

УДК 371.1 371.4  
ББК 74.03 74.2 74.4

## Официальные каналы ГБОУ ДПО «Институт развития образования» Краснодарского края

