

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов № 4»**

Согласовано  
Заместитель директора по УВР  
Е.А Кочеткова  
Приказ № 1 от 28.08. 2023г.

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ №4  
Н.Л. Попова  
Приказ №1 от 29.08.2023г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по спецкурсу**  
**«СДЕЛАЙ СЕБЯ САМ»**

Уровень образования: базовый

6 класс

Количество часов - 17

Программа разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, с учетом рабочей программы по воспитательной работе МБОУ СОШ №4 и на основе авторской комплексной программы Г.К. Селевко «Самосовершенствование личности» для работы используется учебно-методический комплект Селевко Г.К., Назаровой И.Г., Левиной О.Г. «Утверждай себя» (Москва, Народное образование, 2005г.)

Срок реализации программы- 1 год

г. Михайловск, 2023 г.

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа по курсу «Самосовершенствования личности» для 6 класса составлена на основе:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);
- постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
- приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (в ред. приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1644);

Данная программа разработана на основе авторской программы Г.К.Селевко.

Для реализации федерального Госстандарта основного общего образования используется УМК: авторская программа Г.К. Селевко «Самосовершенствование личности» Для работы используется учебно-методический комплект Селевко Г.К., Назарова И.Г., Программа рассчитана на 17 часа (0,5 часа в неделю). Оценка знаний проходит в форме зачета по результатам активности на уроке.

Цель обучения исходит из ожидаемых результатов. ФГОС основного общего образования устанавливает требования к результатам обучающихся.

Развитие социальной компетентности учащихся, воспитание гармонично

развитой личности, способной к саморазвитию и самосовершенствованию, эффективному функционированию в обществе. Все это даст возможность на разных возрастных этапах становления личности способствовать развитию индивида как субъекта психической активности, способного брать на себя ответственность, самостоятельно ставить перед собой цель и находить пути их достижения, адаптироваться к жизни в сложных современных условиях.

### **Задачи курса:**

1. Ознакомление с понятиями: самоутверждение, общение, лидерство, коллектив, конфликт;
2. Формирование мотивации самоутверждения;
3. Формирование уважения к себе, чувства собственного достоинства;
4. Формирование положительной Я-концепции: Я нравлюсь, Я способен, Я значу;
5. Формирование способностей к активному самопроявлению и самовыражению сообразно своим личностным особенностям;
6. Составление индивидуальной программы коррекции в сферах самоутверждения.

Учебный материал структурирован таким образом, что каждая тема изложена в течение одного или двух уроков. Каждый из них включает практические занятия: обсуждение проблемных вопросов и дискуссии, анализ ситуаций, ролевые игры, психотренинговые упражнения, разыгрывание ситуаций, проведение и анализ результатов психологического тестирования.

Занятия проводятся по схеме:

1. Введение в тему;
2. Развертывание темы;
3. Завершение.

Важное условие реализации целей и задач программы является диалогичность обучения, что исключает критичные оценки, морализаторство, требует от преподавателя навыков активного слушания, гибкости и творческого подхода при встрече с различными, иногда для него неприемлемыми, мнениями и высказываниями. При построении урока руководствуются традиционными структурными компонентами: объявление цели и темы урока, повторение пройденного материала, изучение нового материала, практическая работа и закрепление пройденного материала, подведение итогов.

### **Общая характеристика и содержание курса.**

Подростковый период - важнейший этап жизни человека, время выборов, которые во многом определяют последующую судьбу. В одну сторону - путь к реальной взрослости, сопровождающейся принятием на себя ответственности за свою жизнь, пониманием смысла собственного бытия, ощущением жизненного счастья. В другую - к взрослости иллюзорной, инфантильной или в некоторых случаях асоциальной, к взрослости с эмоциональными физическими проблемами.

Но особенно трудно подростку, когда его собственное кризисное состояние накладывается кризис общества в целом: экономический, ценностный. Тем более что, как правило, этому сопутствует кризис семьи. Именно в таких условиях находятся большинство современных российских подростков. Несмотря на разницу, социально- культурного окружения, почти все они с особой остротой переживают свое взросление, заявляя об этом через агрессию, непослушание, алкоголь, школьные трудности или как-то по-другому.

Беспомощными при этом нередко оказываются самые заботливые взрослые - педагоги и родители. Не понимая, что происходит при их взаимодействии с подростком, находясь при этом в стрессовом состоянии, они усугубляют кризисное состояние ребенка.

Поэтому так важно, чтобы у подростков была возможность поговорить о себе, исследовать себя, получить некоторые знания о себе. Возможность не

просто узнать себя лучше, но и стремиться к более высоким результатам своей деятельности, стремиться переживать успех, становиться в чем-то лучше, удачливей других, вызывая уважение, одобрение, восхищение. Этот процесс называется самоутверждением. Самоутверждение в подростковом возрасте - это движение по ступенькам самосовершенствования, это закладка фундамента будущей самоутверждающей жизни.

Курс «Утверждай себя» поможет выбрать путь, способы и средства, с помощью которых учащиеся смогут достигнуть своих целей оптимальным путем, с наименьшими потерями.

Важнейшим способом самоутверждения служит общение – взаимодействие личности с окружающими людьми, в результате, которого происходит обмен информацией, эмоциями. «Утверждай себя» разбирает личностное и деловое общение, дает конкретные рекомендации, как сделать общение более успешным и бесконфликтным.

Одна из важных проблем подросткового возраста - половая идентификация. В ходе нескольких уроков затрагиваются интересующие темы: «Любовь», «Дружба», где учащиеся раскрывают феномен дружбы, вырабатывают определенные правила поведения, позволяющие сохранить дружбу, а также рассматривают уникальность переживания чувства любви, предоставив выразить свое отношение к данным проблемам.

Самоутверждение человека невозможно без нравственной основы как внутренней опоры. Поэтому очень важно всегда оставаться личностью, не потерпев поражение в сложных социальных условиях, построенных далеко не на нравственных идеалах.

### **Результаты изучения учебного курса**

#### ***Личностными результатами являются:***

Умения использовать приобретенные знания и навыки в практической деятельности и повседневной жизни для:

1. полноценного выполнения типичных для подростка социальных ролей;
2. общей ориентации в актуальных общественных событиях;
3. развития собственной личности.

#### ***Предметными результатами являются:***

##### **Учащиеся должны знать:**

1. Значение адекватного самоутверждения для личности и общества;
2. Психологические и социальные свойства человека, его взаимодействие с другими людьми;
3. Понятие общества, коллектива как формы совместной и индивидуальной деятельности людей;
4. Характерные черты и признаки лидера;
5. Содержание и значение социальных норм, положений и притязаний, регулирующих общественные и личностные отношения;
6. Механизмы самоутверждения и самооценки;
7. Сферы и позиции самоутверждения;
8. Особенности, значение, позиции и формы общения;
9. Место человека в коллективе, значение коллектива для развития и

становления личности;

10. Сущность физиологических и психологических особенностей подросткового возраста;

11. Нравственные позиции подростка.

**Метапредметными результатами являются:**

**Уметь:**

1. Осуществлять самоанализ личности по тем или иным параметрам развития;

2. Делать сравнительную характеристику различным ситуациям, качествам, позициям, делать собственные выводы и заключения;

3. Выявлять общие черты и различия того или иного социально-общественного явления, личности;

4. Оценивать поведение людей с точки зрения социальных норм, деятельности людей в различных сферах;

5. Решать в рамках изучаемого материала познавательные и практические задачи, отражающие типичные ситуации-пробы в различных сферах деятельности человека;

6. Осуществлять поиск социальной информации по заданным темам из различных их носителей (СМИ, учебные тексты, другие адаптированные источники).

7. Аккуратно вести свою рабочую тетрадь;

8. Готовить творческие работы, рефераты, доклады.

**Литература:**

1. Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников: Пособие для педагога: В 2 ч.- М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2003.

2. Е.И. Рогов Психология общения; Москва, ВЛАДОС, 2003.

3. Познай себя и других. Сборник методик. М.; Народное образование, 1994.

4. Жариков Е.С., Крушельницкий Е.Н. Для тебя и о тебе: Кн. Для учащихся. – М.: Псвещение, 1993.

5. Преображенская Н. А. Потенциал вашей личности.- Екатеринбург: У - Фактория, 2003.

6. Мир детства: Подросток., Ред. А.Г. Хрипковой М., Педагогика, 1982.

Мир детства: Подросток., Ред. А.Г. Хрипковой М., Педагогика, 1982.

7. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я Москва Генезис 2005.

8. Фридман Л.М. Психология воспитания. Книга для всех, кто любит детей.- М.: ТЦ «Сфера», 1999.

9. Левашова С.А. Психолог и подросток: коммуникативно-двигательный тренинг, Ярославль: Академия развития, 2004.

10. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома: психотехнические упражнения, коррекционные программы, Ярославль: Академия развития, 2004. \_\_

## Тематическое планирование

Номер урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата	Основные направления воспитательной деятельности
1.	Вводный урок Сам себе воспитатель	1		Познавательное воспитание, духовно-нравственное воспитание, трудовое воспитания, экологическое воспитание
2.	Снова смотримся в зеркало	1		Познавательное воспитание, духовно-нравственное воспитание, трудовое воспитания, экологическое воспитание
3.	Создание своего имиджа	1		Познавательное воспитание, духовно-нравственное воспитание, трудовое воспитания, экологическое воспитание
4.	Человек и изобразительное искусство	1		Познавательное воспитание, духовно-нравственное воспитание, трудовое воспитания, экологическое воспитание
5.	Человек и музыка	1		Познавательное воспитание, духовно-нравственное воспитание, трудовое воспитания, экологическое воспитание

6.	Человек и поэтическое слово	1		Познавательное воспитание, духовно-нравственное воспитание, трудовое воспитания, экологическое воспитание
7.	Как стать интересным	1		Познавательное воспитание, духовно-нравственное воспитание, трудовое воспитания, экологическое воспитание
8.	Как стать обаятельной девушкой	1		Познавательное воспитание, духовно-нравственное воспитание, трудовое воспитания, экологическое воспитание
9.	Как стать обаятельным юношей	1		Познавательное воспитание, духовно-нравственное воспитание, трудовое воспитания, экологическое воспитание
10.	И, наконец, о любви	1		Познавательное воспитание, духовно-нравственное воспитание, трудовое воспитания, экологическое воспитание
11.	Ваше здоровье в ваших руках	1		Познавательное воспитание, духовно-нравственное воспитание, трудовое воспитания, экологическое воспитание

12.	Следи за здоровьем и физическим развитием	и	1		Познавательное воспитание, духовно-нравственное воспитание, трудовое воспитания, экологическое воспитание
13.	Ваши герои		1		Познавательное воспитание, духовно-нравственное воспитание, трудовое воспитания, экологическое воспитание
14.	Ребенок, взрослый и родитель в вашем “Я”	и	1		Познавательное воспитание, духовно-нравственное воспитание, трудовое воспитания, экологическое воспитание
15.	Поведение: от самооценки к поступку		1		Познавательное воспитание, духовно-нравственное воспитание, трудовое воспитания, экологическое воспитание
16.	Вырабатывайте характер		1		Познавательное воспитание, духовно-нравственное воспитание, трудовое воспитания, экологическое воспитание
17.	Человек и обстоятельства	и	1		Познавательное воспитание, духовно-нравственное воспитание, трудовое воспитания, экологическое воспитание
18.	Всего 17 часов				