

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Министерство образования Приморского края  
Управление образования и молодежной политики администрации Уссурийского  
городского округа  
МБОУ "Гимназия № 29 г. Уссурийск" Уссурийского городского округа

РАССМОТРЕНО  
на заседании кафедры гуманитарных  
наук

  
Дружинина И.В.

Протокол №1

от "30" августа 2023.

УТВЕРЖДЕНО  
директор

Нижник И.В.

Приказ № 55-а

от "30" августа 2023 г.



**ПРОГРАММА**  
**внеурочной деятельности**  
**«САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ»**  
(по курсу Г.К.Селевко)

Направление: социальное

Возраст детей: 11-18 лет

г. Уссурийск

## Пояснительная записка

Данная программа основана на курсе Г.К. Селевко «Самосовершенствование личности», который является сквозным, т.е. представляет единое целое из всех своих разделов по классам 5-11.

Курс «Самосовершенствование личности» дает ребенку базовую психолого-педагогическую подготовку, методологическую основу для сознательного управления своим развитием, помогает ему найти, осознать и принять цели, программу, усвоить практические приемы и методы своего духовного и физического роста и совершенствования. Этим курсом реализуется положение о ведущей роли теории в развитии личности; он является теоретической базой для всех учебных предметов и воспитательной работы.

Курс «Самосовершенствование личности» нацелен на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни, воспитание человека гражданина, умеющего адаптироваться в современном мире, способного найти свое место в нем, самостоятельно принимать решения, выражать свое мнение, творчески мыслить и нести ответственность за свои действия.

Курс «Самосовершенствование личности» является сквозным, т.е. представляет единое целое из всех своих разделов по классам с 5-11.

5 класс. Познай себя (самопознание).

6 класс. Сделай себя сам (самовоспитание).

7 класс. Научи себя учиться (самообучение).

8 класс. Утверждай себя (самоутверждение).

9 класс. Найди себя (самоопределение).

10 класс.«Управляй собой» (саморегуляция).

11 класс.«Реализуй себя» (самореализация).

На занятиях используются формы обучения: объяснение, выполнение упражнений и тестов, изучение рекомендаций, оценивание Я-концепции, мысли мудрых, ситуации-пробы, социально-приемлемые позиции, советы: почитать (книги), послушать (музыкальные произведения, песни), посмотреть (фильмы, картины).

Курс «Самосовершенствование личности» помогает ученикам ответить на самые жгучие вопросы, волнующие растущего человека, ответы на которые нет ни в одном школьном курсе: какой я, почему моему товарищу всё даётся легко, а мне с трудом, почему взрослые часто меня не понимают? Курс учит подростков жить в гармонии с

собой, с людьми, с природой, наполнять жизнь трудом, разнообразными интересами, содержательным общением.

Деятельность учеников на занятиях организуется не только как удовлетворение познавательной потребности, но и целого ряда потребностей саморазвития личности:

- в самоутверждении (самовоспитание, самообразование, самоопределение, свобода выбора);
- в самовыражении (общение, творчество и самотворчество, поиск, выявление своих способностей и сил);
- в защищенности (самоопределение, профориентация, саморегуляция, коллективная деятельность);
- в самоактуализации (достижение личных и социальных целей, подготовка себя к адаптации в социуме, социальные пробы).

Главными аспектами технологии саморазвития являются:

- индивидуальный подход;
- создание благоприятных условий для саморазвития, самовоспитания;
- обеспечение социальной защищенности ребенка - демократизм воспитательного процесса: равенство взрослого и ученика;
- признание прав ребенка: на ошибку, свободу выбора вида деятельности, добровольное участие, собственное мнение;
- сотрудничество.

Особенности методики заключаются в основной мотивации: нравственно-волевая плюс познавательная. Позиция воспитателя: деловой партнер, старший товарищ, знающий более высокую истину. Позиция ученика: свобода выбора, самоопределение.

#### **Место программы курса внеурочной деятельности в плане внеурочной деятельности**

Курс «Самосовершенствование личности» изучается с 5-11 класс. Общее число часов по курсу за семь лет обучения 175ч, из них 26 часов в 5 классе, 27 часов в 6 классе, 28 часов в 7 классе, 24 часа в 8 классе, 21 час в 9 классе, 26 часов в 10 классе и 23 часа в 11 классе(1 час в неделю). Длительность занятия предусматривает 40 минут.

Курс «Самосовершенствование личности» является сквозным, т.е. представляет единое целое из всех своих разделов по классам с 5-11.

Каждый год программа курса имеет свое название и содержание, соответствующее возрасту:

- 5 класс. Познай себя (самопознание).
- 6 класс. Сделай себя сам (самовоспитание).
- 7 класс. Научи себя учиться (самообучение).
- 8 класс. Утверждай себя (самоутверждение).
- 9 класс. Найди себя (самоопределение).
- 10 класс. «Управляй собой» (саморегуляция).
- 11 класс. «Реализуй себя» (самореализация).

### **Личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности**

Реализация программы в основной школе должна обеспечить следующие **личностные** результаты:

- формирование социокультурных норм поведения в социуме;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие негативных факторов;
- умение конструктивно проявлять общественную активность, способность идти на компромиссы;

**Метапредметные** результаты:

- способность применять полученные умения и навыки в практической деятельности в составе различных социокультурных групп;
- знание мира профессий и предположения относительно своей будущей профессиональной деятельности;
- умение осознанно выбирать направления и формы любительских занятий, увлечений, хобби;
- способность принимать решения, которые могут иметь значимые последствия для обучающегося и других людей;
- умение принимать на себя ответственность за пробы в социальном взаимодействии, внесение в него изменений различного масштаба;
- способность дискутировать по социальным вопросам и творчески преобразовывать образцы поведения;
- умение организовывать свой активный и пассивный отдых, контролировать режим сна

## Содержание программы курса внеурочной деятельности

### 5 класс. «Познай себя»

С пятого класса начинается систематизированное изложение понятий и проблемсамоусовершенствования личности. Психолого-педагогический курс представляет для ребят как бы «психологию и педагогику для себя» и на уровне своего возрастного развития. Естественно, что первая его часть посвящена изучению своей собственной психики, так как процесс самопознания лежит в основе любого акта самоусовершенствования. Ребёнок должен осознать, кто он есть, как он себя оценивает, что и почему с ним происходит. Поэтому курс начинается с доступного пятиклассникам обзора психологических качеств личности, приводящего в некоторую систему имеющиеся у них представления о своей личности. Помогающего детям понять себя, создать осознаваемый образ своего «Я».

В дальнейшем познание себя пронизывает все разделы курса, включая 9 класс. В рубриках программы, называемых «развивающее повторение», в каждом классе предусмотрено расширение сведений по психологии личности.

Аналогичная концентрическая структура «развивающего повторения» предусмотрена и для других разделов.

### 6 класс. «Сделай себя сам»

Одно из примечательных явлений подросткового возраста - начало процесса сознательного нравственного и эстетического самовыражения. Подросток начинает задумываться над возможностями влияния на собственные физические и личностные качества и предпринимать для достижения этой цели сознательные, целенаправленные усилия.

Самовоспитание - это процесс намеренного изменения своих качеств, возведение человеком себя самого на более высокую ступень физического, духовно-нравственного, социального и творческого развития.

Курс «Сделай себя сам» поможет школьникам выдержать жизненные трудности, опираясь на свои внутренние силы, организуя себя, воспитывая в себе волю, выносливость, самостоятельность, целеустремленность. Особое место в книге занимают беседы о воспитании воли, трудолюбия, ответственности, создания мажорного настроения. Даются советы, как научиться дружить и выполнять общественные поручения, стать ответственным, организованным деловым человеком. Интересными для подростков являются темы: «Ваш досуг», «Скажи себе: нет! (Избавление от вредных привычек)», «Как работать над собой» и «Ваш дневник».



## **7 класс. «Научи себя учиться»**

В традиционной образовательной технологии самообразование является вторичным процессом, и только с переходом человека к самостоятельной жизни оно становится основным средством его духовного развития и обогащения. Однако именно в школе необходимо заложить те основы самостоятельного труда, которые получат дальнейшее развитие после школы.

Курс «Научи себя учиться» направлен на оказание помощи подросткам в осознании ими своего знания или незнания. На развитие умений добывания знаний, планирования, самоорганизации, работы с информацией, умений самооценки и самоконтроля, необходимых в процессе самообучения и самообразования. Этот курс очень тесно связан с предметным самообразованием. Учителя-предметники могут использовать рекомендации курса в своей работе, сочетая их с различными советами и памятками, имеющимися в предметной области.

## **8 класс. «Утверждай себя»**

Здесь на первый план выходит рассмотрение проблемы самоутверждения подростка в различных сферах его жизнедеятельности.

Возрастной период, приходящийся на 8 класс, является переходным, критическим. Под влиянием психологических и социальных факторов приоритетное значение приобретают: утверждение своего «Я» в социальном пространстве личности в общении с окружающими людьми; потребность в признании своего «Я», своего имени, своей внутренней психологической сущности и внешних физических данных; определение своей сущности как представителя пола (половая идентификация); потребность в признании в своей группе, коллективе (в определенных социальных ролях); реализация своих прав среди людей, притязание на взрослость.

Процессы самоутверждения часто сопровождаются искаженными, негативными способами общения: обидами, оскорблениями, задевающими честь и достоинство другого человека; насильственными психическими и физическими воздействиями на людей, особенно на тех, кто слабее или не может дать отпор посягательству. Разные формы девиантного поведения, связанные с самоутверждением, по современным данным. Проявляются у 60% подростков.

Курс «Утверждай себя» поможет правильному, положительному самоутверждению личности в различных сферах: социальной, духовно-нравственной, гендерной, деловой, творческой, даст возможность развить у подростков защитные способности, чтобы противостоять внешним посягательствам.

## **9 класс. «Найди себя»**

Каждый шаг. Каждое действие в плане самосовершенствования предполагает самоопределение личности. Но в 9 классе проблема самоопределения личности приобретает чрезвычайно актуальный характер: обучающиеся должны сделать выбор своего дальнейшего жизненного пути, выбор направления своего профессионального развития. Поэтому акцент делается на профессиональное самоопределение, но важное место отводится и осмыслению жизненных и духовных ценностей, т.е. личностному самоопределению.

Одна из задач курса - создание системы целевых ориентации подростка, которые бы определили ближайшие, средние и более дальние перспективы. По А.С. Макаренко, «чем богаче жизненная перспектива личности, тем богаче ее внутренний мир и культура, тем меньше ее зависимость от непосредственного окружения». Педагог помогает подростку увидеть в своем окружении доступную близкую цель, которая принесет радость (например: встреча, игра, подарок).

Затем подросток ставит перед собой и перспективу средней дальности, которая заключается в стремлении к какому-то событию, отдаленному по времени, ожидание которого создает у него приподнятое настроение, побуждает к активной деятельности. Такого рода перспективами для подростка могут быть: включение в работу кружка, секции, участие в походе по родному краю, поисковой, научно-исследовательской деятельности, научно-практических конференциях, экспедициях. Путевка в спортивно-трудовой лагерь и др.

И наконец, в качестве дальней перспективы обучающемуся предлагается выбор профессионального направления. Ставя большую цель подготовки и приобретения профессии, подростки активизируют свою деятельность, стремятся к искоренению своих недостатков, легче включаются в процесс самовоспитания.

### **10 класс. «Управляй собой» (саморегуляция).**

Курс учит подростка владеть собой – управлять своим внешним обликом и поведением, а также физическим и психическим состояниями. Умение владеть собой понимается, прежде всего, как способность действовать, поступать, управлять своими эмоциями, разумом и поведением в соответствии с соображениями своего высшего самоуправляющего механизма – сознания, выбирающего оптимальный путь взаимодействия с окружающей средой.

Однако эмоционально-волевая и действенно-практическая сферы личности не всегда подчинены холодному рассудку, особенно в «бунтующем» возрасте, когда возникает поведение, отклоняющееся от устанавливаемых обществом норм. Чтобы обуздать свое поведение, научиться «*властвовать собой*», надо знать законы саморегуляции, уметь их применять.

### **11 класс. «Реализуй себя» (самореализация).**

Самореализация составляет сущность жизни, является важнейшей стороной человеческого счастья. Потребность в ней заложена в человеке природой, в процессе развития она проявляется в форме интересов, стремлений, ценностных ориентации и социальных установок, целей жизни. Это стремление к самореализации, еще не имеющей завершения, называют самоактуализацией. По А. Маслоу, самоактуализация означает активное переживание, постоянный духовный рост и выбор: движение вперед или отступление.

Самоактуализация – это *доверие* к своему Я, а не опора на авторитеты, честность перед собой и другими, это способность принять ответственность за свои действия и решения.

Самоактуализация – это прежде всего *труд*, чтобы в будущем делать хорошо то, к чему человек стремится.

Одиннадцатиклассники уже живут этим ближайшим будущим, связывая его с выбранной профессией, со статусом будущего Мужа или Жены, Отца или Матери, Человека и Гражданина. Социально важными качествами в современных условиях становятся предприимчивость, конкурентоспособность, деловитость. Обостряются требования ко всем трем сторонам социализации личности (социальной адаптации, автономизации и социальному закаливанию).

Курс «Реализуй себя» готовит юношей и девушек к важнейшим социальным ролям, в которых будет реализоваться положительная программа послешкольной жизни – ролям труженика, семьянина и гражданина.



**Тематическое планирование с определением основных видов  
внеурочной деятельности обучающихся**

<b>5 класс «Познай себя»</b>			
<i>№</i>	<i>Тема</i>	<i>Количество часов</i>	<i>Вид деятельности</i>
1.	Знакомство с собой	1	Игровая
2.	Образ вашего «Я»	1	Познавательная
3.	Посмотримся в зеркало	1	Игровая
4.	Я и окружающие	1	Проблемно-ценностное общение
5.	Вы – личность	1	Проблемно-ценностное общение
6.	Оценивание себя	1	Познавательная
7.	Сходство и различие ваших «Я»	1	Познавательная
8.	Как вы воспринимаете окружающий мир	1	Социальное творчество
9.	Внимание, внимание!	1	Игровая
10.	Дайте волю воображению	1	Познавательная
11.	Мир эмоций	1	Познавательная
12.	Настроение – «о'кэй!»	1	Социальное творчество
13.	Темперамент пятого типа	1	Познавательная
14.	Характер – русский	1	Познавательная
15.	Воля. Самостоятельность	1	Спортивно-оздоровительная
16.	Настоящий друг?	1	Проблемно-ценностное общение
17.	Основное отличие человека от обезьяны	1	Познавательная
18.	Богиня Мнемозина	1	Познавательная
19.	Как мы думаем	1	Игровая
20.	Логика мысли	1	Проблемно-ценностное общение
21.	Решение проблем	1	Социальные пробы
22.	Каждому – по потребностям	1	Проблемно-ценностное общение
23.	От каждого – по способностям	1	Познавательная
24.	«Я» в общении	1	Социальные пробы
25.	Заведите друга – дневник	1	Художественное творчество
26.	Богатства вашей личности	1	Познавательная
<b>6 класс «Сделай себя сам»</b>			
<i>№</i>	<i>Тема</i>	<i>Количество часов</i>	<i>Вид деятельности</i>
1.	Сам себе воспитатель	1	Познавательная
2.	Снова смотримся в зеркало	1	Познавательная
3.	Создание своего имиджа	1	Игровая

4.	Учитесь понимать красоту человека	1	Художественное творчество
5.	Как стать интересным	1	Социальные пробы
6.	Как стать обаятельной девушкой	1	Социальные пробы
7.	Как стать обаятельным юношей	1	Социальные пробы Социальные пробы
8.	И, наконец, о любви	1	Проблемно-ценностное общение
9.	Ваше здоровье в ваших руках	1	Познавательная
10.	Ваши герои. Внутренняя красота человека	1	Познавательная
11.	Ребенок, взрослый, родитель в вашем «Я»	1	Игровая
12.	Поведение: от самооценки к поступку	1	Проблемно-ценностное общение
13.	Вырабатывайте характер	1	Познавательная
14.	Человек и обстоятельства	1	Познавательная
15.	Поверьте в себя	1	Социальные пробы
16.	Воспитание воли	1	Познавательная
17.	Жизнеутверждающий мажор	1	Социальные пробы
18.	Учитесь дружить	1	Социальные пробы
19.	Учитесь любить труд	1	Трудовая деятельность
20.	«Я» и «Мы». Ваше поручение	1	Проблемно-ценностное общение
21.	Ваш дневник	1	Художественное творчество
22.	Вы – деловой человек	1	Познавательная
23.	Природа и вы	1	Проблемно-ценностное общение
24.	Ваш досуг	1	Досугово-развлекательная деятельность
25.	Скажите себе «нет!» (Перевоспитание вредных привычек)	1	Игровая
26.	Как работать над собой	1	Познавательная
27.	Перемены к лучшему	1	Познавательная

#### 7 класс «Научи себя учиться»

<i>№</i>	<i>Тема</i>	<i>Количество часов</i>	<i>Вид деятельности</i>
1.	Что такое учение	1	Познавательная
2.	Есть такая профессия – ученик	1	Познавательная
3.	Воля и трудолюбие	1	Познавательная
4.	Индивидуальность в учении	1	Проблемно- ценностное общение
5.	Пять «САМО» в учении. Первое «САМО»	1	Социальные пробы
6.	Второе «САМО» - планирование	1	Социальные пробы

7.	Третье «САМО» - организация	1	Социальные пробы
8.	Четвертое «САМО» – усвоение	1	Социальные пробы
9.	Поиск информации	1	Социальные пробы
10.	Понимание	1	Ценностно - смысловое общение
11.	Тайны хорошей памяти	1	Игровая
12.	Повторение – мать учения?	1	Познавательная
13.	Чтение – вот лучшее учение	1	Ценностно - смысловое общение
14.	От книги – к конспекту	1	Социальные пробы
15.	Уча других, учимся сами	1	Социальные пробы
16.	Что такое урок?	1	Познавательная
17.	Как говорим, так и учимся	1	Познавательная
18.	Мыслю – следовательно, существую	1	Ценностно - смысловое общение
19.	Железная логика	1	Познавательная
20.	Попробуй, докажи!	1	Игровая
21.	Проба умственных сил	1	Игровая
22.	Творчество и исследование	1	Художественное творчество
23.	Пятое «САМО» - контроль	1	Социальные пробы
24.	Домашняя школа	1	Познавательная
25.	Экзамены, зачеты, отметки	1	Познавательная
26.	Учил-учил и не выучил	1	Познавательная
27.	Ваш друг – компьютер	1	Познавательная
28.	План самообразования	1	Социальные пробы

### 8 класс «Утверждай себя»

<i>№</i>	<i>Тема</i>	<i>Количество часов</i>	<i>Вид деятельности</i>
1.	Инстинкт жизни	1	Познавательная
2.	Механизм самоутверждения	1	Познавательная
3.	Много ль человеку надо?	1	Познавательная
4.	Ваше место в обществе	1	Ценностно-смысловое общение
5.	Общение: необходимость и роскошь	1	Социальные пробы
6.	Секреты общения	1	Ценностно-смысловое общение
7.	«Здравствуйте, люди!»	1	Социальные пробы
8.	Шансы стать генералом	1	Социальные пробы
9.	Многоликий лидер	1	Социальные пробы
10.	Голосуйте за меня!	1	Игровая
11.	Правила делового общения	1	Познавательная
12.	Какой Вы, однако, ...	1	Познавательная
13.	В коллективе, через коллектив и для коллектива	1	Ценностно-смысловое общение

14.	Без конфликтов не бывает	1	Ценностно-смысловое общение
15.	Воля к победе	1	Познавательная
16.	Что со мною происходит?	1	Познавательная
17.	Любви навстречу	1	Познавательная
18.	Два полюса или два материка?	1	Познавательная
19.	В мире труда и творчества	1	Трудовая деятельность
20.	Как стать артистом	1	Трудовая деятельность
21.	Цветок человеколюбия	1	Ценностно-смысловое общение
22.	В зеркале нравственности	1	Ценностно-смысловое общение
23.	Нравственная закалка	1	Познавательная
24.	Программа самоутверждения	1	Социальные пробы

**9 класс «Найди себя»**

<i>№</i>	<i>Тема</i>	<i>Количество часов</i>	<i>Вид деятельности</i>
1.	Как поживаете, мои «Я»?	1	Проблемно-ценностное общение
2.	На распутье	1	Проблемно-ценностное общение
3.	Дорога труда	1	Познавательная
4.	Мир профессий	1	Познавательная
5.	Ее величество «Экономика»	1	Познавательная
6.	Я – хочу	1	Социальные пробы
7.	Я – могу	1	Социальные пробы
8.	Я – надо	1	Познавательная
9.	Ваш выбор: могу + хочу + надо	1	Ценностно-смысловое общение
10.	Защита рефератов «Я и моя профессия»	1	Социальные пробы
11.	Дорога взросления	1	Познавательная
12.	Святая святых – родительский дом	1	Ценностно-смысловое общение
13.	Ожидание любви	1	Познавательная
14.	Сексуальные проблемы	1	Проблемно-ценностное общение
15.	Союз личности и коллектива	1	Проблемно-ценностное общение
16.	Круг общения	1	Ценностно-смысловое общение
17.	Гражданином быть обязан	1	Ценностно-смысловое общение
18.	Духовное самоопределение (научное мировоззрение)	1	Познавательная



19.	Духовное самоопределение (религиозное мировоззрение)	1	Познавательная
20.	Человек и судьба. Жизненные планы	1	Социальные пробы
21.	В добрый путь!	1	Социальные пробы

**10 класс «Управляй собой»**

<i>№</i>	<i>Тема</i>	<i>Количество часов</i>	<i>Вид деятельности</i>
1.	Вперед, оглядываясь назад	1	Проблемно-ценностное общение
2.	Еще раз об индивиде, личности и душе	1	Познавательная
3.	Ваша модель из 1800 деталей	1	Игровая
4.	Семья ваших «Я»	1	Ценностно-смысловое общение
5.	Самоуправляющаяся и саморегулирующаяся	1	Познавательная
6.	Умейте властвовать собой	1	Социальные пробы
7.	Психологический автопилот	1	
8.	Укрощение «строптивых» эмоций	1	Социальные пробы
9.	Берегите нервы	1	Спортивно-оздоровительная
10.	Хозяин своего поведения	1	Проблемно-ценностное общение
11.	Мысли управляют мыслями	1	Познавательная
12.	Нравственная саморегуляция	1	Ценностно-смысловое общение
13.	Самоуправление в конфликте	1	Социальные пробы
14.	Защита от манипуляций	1	Проблемно-ценностное общение
15.	Надо ли подавлять эмоции?	1	Познавательная
16.	Релаксация	1	Познавательная
17.	Саморегуляция в любви	1	Ценностно-смысловое общение
18.	Ищите помощь себе извне	1	Познавательная
19.	Спасательный круг юмора	1	Познавательная
20.	Энергетическая саморегуляция	1	Познавательная
21.	Аутогенная тренировка	1	Игровая
22.	Медитация	1	Игровая
23.	Саморегуляция в христианстве	1	Познавательная
24.	Гармония физического и психического	1	Проблемно-ценностное общение
25.	Путь к космическому сознанию	1	Познавательная
26.	Живая Этика	1	Ценностно-смысловое общение

**11 класс «Реализуй себя»**



<i>№</i>	<i>Тема</i>	<i>Количество часов</i>	<i>Вид деятельности</i>
1.	Осуществить себя	1	Познавательная
2.	Вечные вопросы жизни	1	Проблемно-ценностное общение
3.	Счастье	1	Познавательная
4.	Каждый сам кузнец	1	Ценностно-смысловое общение
5.	У начал семьи	1	Ценностно-смысловое общение
6.	Законы сохранения	1	Социальные пробы
7.	Будущим родителям о будущих детях	1	Проблемно-ценностное общение
8.	От самоопределения к самореализации	1	Социальные пробы
9.	Карьера	1	Ценностно-смысловое общение
10.	Подготовка к рынку	1	Познавательная
11.	Бизнес	1	Познавательная
12.	Рынок труда	1	Познавательная
13.	Мотивация достижения	1	Познавательная
14.	Тренинг мотивации достижения	1	Познавательная
15.	Свобода и ответственность	1	Ценностно-смысловое общение
16.	Среди законов	1	Ценностно-смысловое общение
17.	Священный долг	1	Ценностно-смысловое общение
18.	Культурный досуг	1	Досуго-развлекательная
19.	Вера и суеверия	1	Познавательная
20.	Жизнь без розовых очков	1	Социальные пробы
21.	Ваше здоровье, господа!	1	Спортивно-оздоровительная
22.	К своей социальной зрелости	1	Социальные пробы
23.	Эскиз будущей жизни	1	Социальные пробы

# Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение внеурочной деятельности

## Учебные пособия

Учебные пособия по курсу с 5 по 11 класс.

## Экранно-звуковые пособия

DVD-диски, видеофильмы.

## Цифровые ресурсы

Интернет-сайты, мультимедийные фильмы, презентации.

## Компьютер, электронная доска, магнитная доска, проектор

### Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

В процессе реализации программы у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников основной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности – является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

#### 1. Регулятивные УУД:

- Формирование способности личности к целеполаганию и построению жизненных планов во временной перспективе;
- Развитие регуляции учебной деятельности;
- Саморегуляция эмоциональных и функциональных состояний.

#### 2. Познавательные УУД:

- Умение видеть проблему;
- Умение ставить вопросы;
- Умение выдвигать гипотезы;
- Умение структурировать тексты;

- Умение работать с метафорами;
- Умение давать определение понятиям;
- Умение наблюдать;
- Умение делать выводы и умозаключения;
- Умение классифицировать;
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы с обучающимися.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую.

### **3. Коммуникативные УУД:**

- формировать положительное отношение друг к другу и умение общаться так, чтобы общение приносило радость;
- развивать навыки взаимодействия в группе;
- развивать вербальные и невербальные навыки общения;
- развивать навыки восприятия и понимания различных людей;
- развивать навыки самопознания;
- преодолевать эгоцентризм;
- умение познавать себя через восприятие другого;
- формирование положительной самооценки;
- формирование эмпатического отношений к другим людям;
- формировать чувство уверенности в себе и осознание себя в новом качестве;
- определять особенности поведения в конфликтной ситуации;
- отрабатывать ситуации предотвращения конфликтов.

### **В результате освоения программы**

#### **Обучающие будут знать:**

- основные права и обязанности гражданина, ориентироваться в правовом пространстве государственно-общественных отношений;
- историю родного края;
- достижения и культурное наследие России;
- об институтах гражданского общества, о государственном устройстве и социальной структуре российского общества, наиболее значимых страницах истории страны, об этнических традициях и культурном достоянии своего края, о примерах исполнения гражданского и патриотического долга;
- о правах и обязанностях человека, гражданина, семьянина, товарища;
- ценности России, своего народа, своего края,
- отечественное культурно-историческое наследие,

#### **Обучающиеся будут уметь:**

- соотносить и выполнять различные социальные роли, самооценивать динамику и адекватность выполняемых ролей;
- уметь решать социально-культурные задачи (познавательные, морально-нравственные, ценностно-смысловые), специфичные для возраста обучающегося;
- поддерживать разнообразные виды отношений в основных сферах жизнедеятельности (общение, учеба, игра, спорт, творчество, увлечения);
- участвовать в изменении школьной среды и доступных сферах жизни общества;
- развивать способность к добровольному выполнению обязательств, как личных, так и основанных на требованиях коллектива;
- владеть приемами и методами самовоспитания: самокритикой, самовнушением, самообязательством, эмпатией.

Рабочая программа предусматривает развитие **компетенций**:

- ценностно-смысловые
- общекультурные
- учебно-познавательные
- информационные
- коммуникативные
- социально-трудовые
- компетенции личностного совершенствования