

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

Рассмотрено и одобрено  
Педагогом-психологом  
МБОУ СОШ №4  
\_\_\_\_\_ Серикова Г.В.  
22.08.2024г.

Согласовано:  
Заместитель директора по УВР  
Кочеткова Е.А. \_\_\_\_\_  
23.08.2024 г.

Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ № 4  
\_\_\_\_\_ Н.Л. Попова  
26.08.2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по спецкурсу**  
**«Утверждай себя»**

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 Г.К.Селевко «Утверждай себя», для работы используется учебно-методический комплект Селевко Г.К., Назаровой И.Г., Левиной О.Г. «Научи себя учиться». Москва, Народное образование, 2005 г.

Уровень образования: базовый  
8 класс  
Количество часов - 17

Срок реализации программы- 1 год

Педагог-психолог  
Кочеткова Е.А.

г. Михайловск, 2024 г.

## 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.

Программа социальной деятельности является средством реализации требований Стандарта к личностным и метапредметным результатам освоения образовательной программы.

Социальная деятельность обучающихся – целенаправленный процесс взаимодействия подростков с окружением, ориентированный на повышение эффективности решения индивидуальных и социальных проблем.

Социализация обучающихся должна обеспечиваться средствами учебно - воспитательной и познавательной деятельности.

Актуальность социальной деятельности обучающихся определена возрастными особенностями и потребностями подросткового возраста.

Успешная социализация обучающихся на ступени основного общего образования обусловлена тремя факторами: ожиданиями, изменением поведения и стремлением к конформизму. Под влиянием групп школьных сверстников, родителей и учителей у обучающихся изменяется поведение, формируются социальные умения, необходимые для исполнения актуальных социальных ролей.

Целенаправленная социальная деятельность программы исходит из того, что основным социальным ожиданием подростков является успешность, признание со стороны семьи и сверстников, состоятельность и самостоятельность в реализации собственных замыслов. При этом подростки, завоевавшие авторитет среди сверстников, устанавливают образцы поведения, более значимые для обучающихся, чем образцы родителей, учителей, других взрослых.

Социальная деятельность может успешно реализовываться в школьной среде, где признаваемыми и ожидаемыми для обучающихся являются конструктивные и созидательные образцы поведения педагогов, более старших учеников, поддерживаются духовно-нравственные идеалы граждан России.

Традиционными социальными императивами школы являются стремление объединить детей, ориентация их на принятые образцы и стратегии поведения, противодействие их попыткам самоутвердиться за счет других, борьба с антиобщественным поведением, установление правил, регулирующих поведение.

Исходя из этого, можно определить следующие **цели** программы «Самосовершенствование личности»:

*В отношении обучающихся:*

- ✓ формирование активной гражданской позиции и ответственного поведения;
- ✓ усвоение социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих возрасту, в частности освоения норм и правил общественного поведения;
- ✓ формирование у обучающегося собственного конструктивного стиля общественного поведения в ходе его взаимодействия с социальным окружением.

*В отношении воспитателя:*

- ✓ обеспечение целенаправленности, системности и непрерывности процесса социализации обучающихся;
- ✓ обеспечение разнообразия форм педагогической поддержки социальной деятельности, создающей условия для личного роста обучающихся, продуктивного изменения поведения.

Выполнение данных целей на ступени основного образования можно реализовать через выделение следующих задач:

*В отношении обучающихся:*

- ✓ 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.

*В отношении воспитателя:*

✓ создавать эффективные условия для социальной деятельности обучающихся в процессе обучения и воспитания;

✓ использовать роль коллектива в формировании идейно-нравственной ориентации личности обучающихся, и в социально-гражданской позиции;

✓ стимулировать осознанность социальных инициатив и деятельности обучающихся с опорой на мотив деятельности (желание, осознание необходимости, интерес и др.);

✓ оценивать динамику выполняемых обучающимися социальных ролей для понимания эффективности вхождения подростков в систему общественных отношений.

### **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

### **Цели и задачи достигаются через средства и методы обучения:**

Рассказ, беседа, иллюстрации, психологические игры, тренинги, информационно-коммуникативные технологии, групповая работа, практическая работа, индивидуальный подход к ребенку, тесты, опросники.

В результате изучения данного факультативного курса дети:

Овладеют определенными психологическими знаниями;

Овладеют приемами конструктивного взаимодействия;

Умеют правильно управлять своими эмоциональными реакциями;

Совершенствуют навыки общения;

### **Формы проведения занятий:**

Форма работы групповая.

### **Принципы программы:**

- принцип коллективности обучения и воспитания детей;

- принцип преемственности, последовательности и систематичности педагогического процесса;

- принцип наглядности;

- принцип сознательности и активности учащихся в целостном педагогическом процессе;

- принцип опоры на положительное в человеке, поддержки сильных сторон его личности;

- принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников при организации их деятельности.

### **Механизм реализации программы**

Занятия являются тематическими и определены структурой проведения, частота проведения 0.5 час в неделю в объеме 17 часов.

### **План занятий:**

ориентировка и подготовка учащихся;

разминка;

структурированные упражнения;

резюме занятия.

## **Общая характеристика программы курса**

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.

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).

Курс «Самосовершенствование личности» помогает ученикам ответить на самые жгучие вопросы, волнующие растущего человека, ответы на которые нет ни в одном школьном курсе: какой, 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 сотворчество, 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.

### **Содержание программы курса «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.

## 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 социальнообщественного 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.

## **Планируемые результаты освоения курса**

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

### **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 делать выводы и умозаключения;
- 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 обучающихся.

### 3. Коммуникативные УУД:

• формировать положительное отношение друг к другу и умение общаться так, чтобы общение приносило радость;

- развивать навыки взаимодействия в группе;
- 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;
- обрабатывать ситуации предотвращения конфликтов.

### В результате освоения программы

#### Обучающие будут знать:

- основные права и обязанности гражданина, ориентироваться в правовом пространстве государственно-общественных отношений;
- 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;

#### Обучающиеся будут уметь:

- 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.

### Календарно - тематическое планирование 17 часов

Тема	Количество часов	Дата	Основные направления воспитательной деятельности
1. Инстинкт жизни	1		Духовно-нравственное, Познавательное Эстетическое
2. Механизм самоутверждения	1		Духовно-нравственное, Познавательное
3. Много ль человеку надо?	1		Духовно-нравственное, Познавательное
4. Ваше место в обществе	1		Духовно-нравственное,

			Познавательное
5. Общение: необходимость и роскошь. Секреты общения	1		Духовно-нравственное, Познавательное
6. Шансы стать генералом	1		Духовно-нравственное, Познавательное
7. Многоликий лидер	1		Духовно-нравственное, Познавательное
8. Голосуйте за меня!	1		Духовно-нравственное, Познавательное
9. Правила делового общения	1		Духовно-нравственное, Познавательное
10. Какой Вы, однако, ...	1		Духовно-нравственное, Познавательное
11. В коллективе, через коллектив и для коллектива	1		Духовно-нравственное, Познавательное, Физическое
12. Без конфликтов не бывает	1		Духовно-нравственное, Познавательное
13. Воля к победе	1		Духовно-нравственное, Физическое
14. Что со мною происходит?	1		Духовно-нравственное, Физическое
15. Два полюса или два материка?	1		Духовно-нравственное, Трудовое, Экологическое
16. Цветок человеколюбия	1		Духовно-нравственное, Экологическое
17. В зеркале нравственности	1		Духовно-нравственное, Экологическое