

Приложение 26
к ООП ООО МАОУ СОШ № 10
(новая редакция),
утвержденной приказом
по МАОУ СОШ № 10
от 31.08.2021 г. № 218-Д

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ»

Раздел 1

Планируемые результаты освоения учебного предмета

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Ученики научатся:

- пользоваться справочными источниками для понимания и получения дополнительной информации;
- уважительно относиться к культуре умственного труда;
- стремиться к самосовершенствованию
- *Ученики получают возможность научиться:
глубже раскрыть свои собственные возможности*

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Познавательные УУД

Ученики научатся:

- расширить и углубить полученные ранее знания;
- систематизировать и обобщить полученные знания;

Ученики получают возможность научиться:

- *самостоятельно подбирать и анализировать материал, пользоваться справочной литературой;*

Коммуникативные УУД

Ученики научатся:

- развивать коммуникабельность и умение общаться с людьми в разных ситуациях;
- участвовать в диалоге: слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки;
- оформлять свои мысли в устной и письменной форме.

Ученики получают возможность научиться:

- *целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения практических задач с помощью средств ИКТ.*

Регулятивные УУД

Ученики научатся:

- самостоятельно анализировать условия достижения цели на основе учета выделенных учителем ориентиров действий;
- анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;
- осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;
- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки.

Ученики получают возможность научиться:

- *выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;*
- *фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.*

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Ученики научатся:

- психологическим установкам на самосовершенствование;
- приемам умственного самовоспитания, самообразования;
- формировать мотивы самообразования;
- сформировать сознательное отношение к учению;
- методам и приемам самообразования.

*Ученики получают возможность научиться:
самостоятельно углублять знания по курсу*

Раздел 2

Содержание учебного предмета

I. Личность. Человек как индивид и как личность. Физическое и психическое содержание человека. Сознание – основная характеристика человеческой личности.

Роль личности в собственном развитии. Самовоспитание, самосовершенствование. Примеры из жизни выдающихся людей (Сократ, И. Гёте, Л. Толстой, О. Шмидт и др.). (2 ч.)

II. Самопознание как основа самосовершенствования. Человек – загадка для самого себя. Знание о людях, живущих вокруг тебя, как одно из условий познания себя. (4 ч.)

III. Качества личности: школа «Кто Я?».

- Ощущения и восприятия. Отражение окружающего мира в мозге человека.
- Эмоции и чувства. Виды эмоций. Эмоциональные состояния. Эмоции и сознание.
- Темперамент. Подвижность и сила психических процессов. Виды темперамента.
- Внимание, его особенности; тренировка и управление вниманием.
- Память, её значение в жизни человека. Виды памяти: кратковременная, долговременная. Запоминание: механическое и осмысленное.
- Знания как характеристика личности. Эрудиция. Качества знаний: прочные – непрочные, системные – отрывочные. Умение применять знания.
- Мышление. Конкретное и абстрактное мышление. Способы мышления: сравнение, обобщение, анализ, синтез. Понятия, законы.
- Способности личности. Задатки, интересы, склонности как предпосылки развития способностей. Роль деятельности в развитии способностей.
- Направленность: интересы, взгляды, убеждения, нравственность. Черты нравственного человека: доброта, честность, правдивость, совесть, благородство, порядочность, полезность деяний. Честь и достоинство.
- Характер, черты характера. Самостоятельность, самокритичность, требовательность, ответственность, организованность, трудолюбие. «Сильный характер». (6 ч.)

IV. Самосознание, самоощущение. Образ Я, Я-концепция. Разнообразие «Я» (субличностей) человека. (2 ч.)

V. Организация (методика) самопознания: самоанализ, самонаблюдение, самокритика, самоконтроль, самооценка, рефлексия. Регистрация самопознания: тесты, анкеты, дневники, воспоминания, автобиография. (3 ч.)

Методы и приемы:

В процессе занятий применяются словесные, наглядные и практические методы, причём две трети времени рекомендуется отводить практической, лабораторной и тренинговой формам работы. Диагностические задания можно успешно сочетать с тренинговыми, формирующими. Основным методом, используемым на занятиях, – беседа и диалог на основе обсуждения выдвигаемых идей, мыслей, практических ситуаций, событий. Эффективнейшим средством социализации подростка, его приобщения к нормам и ценностям общества является игра, в процессе которой подросток расширяет, обогащает, углубляет свои социальные и психологические компетенции. Игра или её элементы должны присутствовать практически на всех уроках:

- диагностические;

- активизирующие,
- игры-театрализации;
- ролевые игры, содержание которых постепенно усложняется: от индивидуального проигрывания ситуаций-проб до моделирования общественных отношений.

В учебном процессе рекомендуется применять различные аудиовизуальные средства: таблицы, схемы, фотографии, фрагменты видеофильмов, магнитофонные записи, компьютерные мультимедийные средства.

Эпиграфы, афоризмы, поговорки, «Мысли мудрых людей» и др. в пособиях представляют учащимся дополнительную область для размышления.

Записям на занятиях придаётся большое значение не только потому, что происходит самоадаптация учебного материала, но и потому, что перед каждым школьником ставится отдельная педагогическая задача: «написать книгу о самом себе». По мере того, как учащиеся заполняют страницы теорией, упражнениями, проверочными тестами, учитель систематически дополняет эти записи оценками, заключениями, рекомендациями.

Чтобы усвоить важнейшие понятия, новые термины, рекомендуется оформлять «Словарь понятий».

«Книгу о себе» можно художественно оформить рисунками, фотографиями, собственными сочинениями в стихах и прозе.

Примеры практических занятий:

- упражнение «Знаете ли вы свою внешность»;
- тестирование качеств личности: темперамента, памяти, мышления, способностей, направленности, характера;
- самоанализ качеств: мои достоинства, мои недостатки;
- упражнение «Диалог субличностей»;
- тренинг произвольного внимания, наблюдательности;
- составление характеристики личности одноклассника на основе наблюдений;
- составление карты самооценки;
- анализ социальных ситуаций-проб.

Ожидаемые результаты: Повышение интереса к процессу самоизучения. Формирование адекватной самооценки посредством развития навыков самовосприятия, самокритичности, самонаблюдения.

Критерии эффективности: Анкета самооценки знаний, умений и качеств обучающегося в области самосовершенствования личности «Знаете ли вы себя?». Автор: Г.К. Селевко.

Раздел 3

Тематическое планирование

5 класс

№ п/п	Название темы	Кол-во часов
1.	Знакомство с собой . Образ вашего «Я»	1ч
2.	Физическое и психическое содержание человека	1ч
3.	Я и окружающие	1ч
4.	Оценивание себя	1ч
5.	Как вы воспринимаете окружающий мир. Ощущение и восприятие	1ч
6.	Внимание, Внимание! Тренировка и управление вниманием	1ч
7.	Память. Виды памяти. Развиваем нашу память	1ч
8.	Воображение. Развиваем воображение.	1ч
9.	Мышление. Способы мышления. Креативное мышление.	1ч
10.	Эмоции и чувства. Учимся управлять нашими эмоциями.	1ч
11.	Темперамент. Типы темперамента. Темперамент пятого типа	1ч

12.	Характер. Черты характера	1ч
13.	Воля. Самостоятельность	1ч
14.	Нравственность. Черты нравственного человека	1ч
15.	Как мы думаем. Логика мысли	1ч
16.	Настоящий друг?	1ч
17.	Способности личности. Заключительный урок «Богатства нашей личности»	1ч

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575850

Владелец Доможирова Ольга Николаевна

Действителен с 17.04.2021 по 17.04.2022