

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 1 г. Бодайбо»

Согласовано  
Зам.директора по ВР  
Н.А. Хапилова

---

Согласовано  
на ЭС школы  
Протокол №1  
от 30.08.2024  
Руководитель МС  
Т.А. Мальцева

---

Утверждаю  
Директор  
МКОУ «СОШ №1»  
г. Бодайбо  
Приказ № 406  
от 02.09.2024  
А.Н. Иванушкина

---

Рабочая программа  
внеурочной деятельности  
**«Всё что тебя касается»**  
для обучающихся 5 –х классов

**2024-2025 год**

Составитель программы:  
Заркова Евгения Васильевна  
педагог - психолог

г. Бодайбо

2024

## Пояснительная записка

Данная программа «Всё что тебя касается» основана на курсе Г.К. Селевко «Самосовершенствование личности», который является сквозным, т.е. представляет единое целое из всех своих разделов по классам 5-11. Рабочая программа составлена на базе примерной программы основного общего образования в соответствии с основными положениями ФГОС, соответствует основной образовательной программе основного общего образования. 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 само утвердиться 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 педагога:*

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, само оценивать 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 основанных на требованиях коллектива;

владеть приемами и методами самовоспитания: самокритикой, самовнушением, самообязательством, эмпатией.

**В отношении педагога:**

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.

## **Общая характеристика программы курса внеурочной деятельности**

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.

На занятиях используются следующие 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 само творчество, поиск, выявление своих способностей и сил);
- в защищенности (самоопределение, профориентация, саморегуляция, коллективная деятельность);
- в само актуализации (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**

Общее число часов по курсу 17 часов в 5 – х классах. Длительность занятия предусматривает 40 минут.

## **Личностные и мета предметные 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;

Мета предметные 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**

С пятого класса начинается систематизированное изложение понятий и проблем самосовершенствования 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 самосовершенствования. 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».

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

5 класс			
№	Тема	Количество часов	Вид деятельности
1.	Знакомство с собой Образ вашего «Я»	1	Игровая Познавательная

2.	Посмотримся в зеркало Я и окружающие	1	Игровая Проблемно-ценностное общение
3.	Вы – личность Оценивание себя	1	Проблемно-ценностное общение Познавательная
4.	Сходство и различие ваших «Я» Как вы воспринимаете окружающий мир	1	Познавательная Социальное творчество
5.	Внимание, внимание! Дайте волю воображению	1	Игровая Познавательная
6.	Мир эмоций Настроение – «о'кэй!»	1	Познавательная Социальное творчество
7.	Темперамент пятого типа Характер – русский	1	Познавательная
8.	Воля. Самостоятельность	1	Спортивно-оздоровительная
9.	Настоящий друг?	1	Проблемно-ценностное общение
10.	Основное отличие человека от обезьяны Богиня Мнемозина	1	Познавательная
11.	Как мы думаем	1	Игровая
12.	Логика мысли	1	Проблемно-ценностное общение
13.	Решение проблем	1	Социальные пробы
14.	Каждому – по потребностям	1	Проблемно-ценностное общение
15.	От каждого – по способностям	1	Познавательная
16.	«Я» в общении	1	Социальные пробы
17.	Заведите друга – дневник Богатства вашей личности	1	Художественное творчество Познавательная
	Итого:	17 часов	

## **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; мета предметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

Мета предметными 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, само оценивать 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