

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Школа № 5 г.Черемхово»**

**РАССМОТРЕНО**

Педагогическим советом  
МОУ Школа № 5 г. Черемхово

Протокол № 2 от “4” сентября 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МОУ Школа № 5 г.  
Черемхово

Приказ № 320 от “5” сентября 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**спецкурса**

**«Развитие личностного потенциала подростков»**

**(основное общее образование)**

**г. Черемхово, 2023**

## **Пояснительная записка**

### **1. Актуальность**

Современное общество предъявляет новые запросы к действующей системе образования: изменяются повседневные ценности и жизненные ориентиры, всё больше людей находятся в поисках смысла своего существования, и вопрос самореализации становится одним из ключевых в движении к успешности.

С каждым днём информационный поток расширяется, и, чтобы разобраться в достоверности фактов, одних знаний уже недостаточно. Процесс глобализации подразумевает включённость человека во всё большее число разнообразных социальных связей, что требует с одной стороны, наличия навыков общения, открытости, толерантности, способности поддерживать контакты и сохранять отношения, а с другой — развитого критического мышления для личной свободы и независимости в принятии решений. Социальный опыт предыдущих поколений перестаёт быть актуальным, родительские прогнозы не сбываются, отвечать на вопрос о собственных желаниях и ценностях становится всё сложнее.

Умение делать самостоятельный выбор, принимать ответственные решения и совершать поступки — всё это, несомненно, должно присутствовать в багаже современного выпускника средней школы. И школа приняла вызов времени: основной ценностью образования признано становление и развитие личности в её индивидуальности, уникальности, неповторимости. Одним из возможных способов реализации поставленной цели является создание образовательной среды, способствующей развитию личностного потенциала каждого ребёнка. Формированию этой среды может содействовать специальный курс «Развитие личностного потенциала подростков».

**Данная рабочая программа разработана на основе:**

1.Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

2. Основной образовательной программы основного общего образования МОУ Школа № 5 г. Черемхово,

4. Учебного плана МОУ Школа № 5 г. Черемхово,

5. Календарного учебного графика МОУ Школа № 5 г. Черемхово,

6. Положения о рабочей программе учебных предметов, курсов, в том числе внеурочной деятельности МОУ Школа № 5 г. Черемхово,

**Цель курса:** создать атмосферу доверия и принятия в коллективе, способствующую стимулированию участников на самопознание и саморазвитие.

**Задачи:**

- Сформулировать Соглашение о взаимоотношениях;
- Способствовать формированию ответственности подростка за собственное

благополучие;

- Создать условия для самопознания и самопринятия;
- Содействовать свободному выражению мыслей участников;
- Развивать навыки системной рефлексии;
- Познакомить с некоторыми инструментами саморегуляции;
- Создать условия для развития навыков коммуникации;
- Содействовать осознанию собственных желаний, устремлений и ценностей.

## **2. Варианты реализации программы и формы проведения занятий**

Основная часть занятий, проводимых в рамках модулей отличается от традиционного урока. В них нет привычного объяснения нового материала и экспертной учительской позиции, нет обязательного для усвоения объема знаний. В фокусе оказываются навыки, которые в процессе группового взаимодействия и индивидуальных упражнений получают свое развитие. Занятия по РЛП подразумевают свободный диалог всех участников коммуникации. Одной из основных задач модуля «Я и Ты» является

сплочение коллектива, что требует включения всех подростков классного коллектива, а также классного руководителя и по возможности психолога школы.

Занятия по модулю базовому модулю рассчитаны на первый год обучения по данному курсу (5 и 7 классы). Всего по программе предполагается 17 занятий по 45 минут.

### **3. Взаимодействие с программой воспитания**

Программа спецкурса разработана с учетом рекомендаций программы воспитания МОУ Школа №5 г. Черемхово. Программа реализуется в единстве учебной и воспитательной деятельности общеобразовательной организации по основным направлениям воспитания в соответствии с ФГОС:

- духовно-нравственное воспитание — воспитание на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям;

- эстетическое воспитание — формирование эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства;

- ценности научного познания — воспитание стремления к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учетом личностных интересов и общественных потребностей.

### **4. Содержание учебного курса**

В целом задания и упражнения модуля направлены на самопознание, самопринятие, развитие навыков общения участников.

Особое внимание уделено выработке классного Соглашения — свода договорённостей о принципах взаимодействия в классе, правилах общения.

Одной из задач Соглашения является создание атмосферы принятия и доверия, сплочение класса при условии, что подростки сами берут на себя ответственность за его создание и исполнение. Результат всей программы во многом зависит от проработки Соглашения. Поэтому рекомендуется обращаться к нему не только на занятиях модуля, но и за его пределами.

## 5. Планируемые результаты освоения курса

Планируемые результаты освоения программы УМК «Развитие личностного потенциала подростков» и входящего в него модуля «Я и Ты» соответствуют требованиям Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО) в части достижения личностных и метапредметных результатов. Личностные результаты заключаются в понимании подростком цели своей учебной деятельности, формировании и понимании своей системы ценностей, самоопределении. Метапредметные результаты тесно связаны со способностью подростка к самообразованию и саморазвитию, а также способностью к коммуникации и групповой работе. В контексте теории развития личностного потенциала планируемые результаты модуля «Я и Ты» для младших подростков соотносятся со следующими типами ресурсов подсистем личностного потенциала:

<b>Ресурсы подсистем личностного потенциала</b>	<b>Планируемые результаты</b>
<b>Мотивационные ресурсы</b>	Проявляет готовность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию
<b>Ресурсы устойчивости</b>	Анализирует меру своего влияния на происходящие с ним события
	Демонстрирует ответственное поведение как возможность и необходимость отвечать за себя, своё

	развитие и за общее дело
<b>Инструментальные ресурсы</b>	Пытается предугадать вероятность того или иного события, высказывает догадки, почему это возможно или невозможно
	Анализирует проблемы и предлагает варианты решения
	При принятии решения ориентируется на собственные ценности и интересы
	Учится адекватно оценивать свои сильные и слабые стороны при выборе способа выполнения задачи
<b>Ресурсы саморегуляции</b>	Учится произвольно регулировать своё поведение
	Прогнозирует своё эмоциональное состояние (в том числе понимает эмоциональную обусловленность поведения)
	Понимает важность как собственных реакций на ситуацию, так и обратной связи от сверстников и взрослых
	Учитывает в поведении обратную связь от сверстников и взрослых
	Анализирует собственные реакции на ситуацию
	Учится слушать и слышать
	Понимает, как его действия отразятся на другом человеке
	Распознаёт эмоции, их причины и последствия; учится

	<p>адекватно выражать эмоции</p> <p>Учится в процессе общения реагировать на реплики собеседника с учётом его эмоционального состояния</p> <p>Учится соблюдать границы другого человека и устанавливать свои при взаимодействии</p> <p>Замечает в поведении окружающих признаки каких-либо чувств или взглядов; проверяет свои предположения, задавая окружающим вопросы</p> <p>Учится видеть возможности в новых и изменившихся обстоятельствах</p> <p>Учится уважительно относиться к многообразию людей, понимает, что у разных людей могут быть различные интересы, предпочтения, мнения</p> <p>Связывает ситуацию, идею с более широким контекстом; переносит ее в новый, в том числе непривычный контекст, может выстраивать связи между идеями, явлениями из разных сфер, неожиданные связи</p> <p>В ситуации неопределённости проявляет любознательность и стремится собрать информацию для разрешения ситуации</p>
<b>Ресурсы трансформации</b>	Способен к рефлексии собственных действий
	Анализирует предыдущий опыт, связывает его с текущей задачей, старается поменять стратегию поведения с учётом предыдущих ошибок

	Умеет смотреть на ситуацию под другим углом
--	---

В качестве долгосрочных эффектов программы можно выделить следующие:

- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции;
- повышение уровня удовлетворённости различными сферами жизни;
- рост субъективного благополучия;
- улучшение психологического климата в коллективе;
- снижение уровня конфликтности подростков.

#### 6. Тематическое планирование «Я и Ты»

Наименование разделов и тем	Количество часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Форма и проведения занятия
Введение в тему	1	<a href="https://teacher.vbudushee.ru/">https://teacher.vbudushee.ru/</a>	Диалог
Соглашение о взаимоотношениях	1		Круглый стол
Мы разные, мы вместе	2	<a href="https://disk.yandex.ru/i/WpTYnRPZD0HBFg">https://disk.yandex.ru/i/WpTYnRPZD0HBFg</a> <a href="https://disk.yandex.ru/i/JEBG62I0Owp_Lw">https://disk.yandex.ru/i/JEBG62I0Owp_Lw</a>	Тренинг
Чего я о тебе не знаю	2		Тренинг
Образ Я	2		Тренинг

Что я думаю о себе	2	<a href="https://teacher.vbudushee.ru/">https://teacher.vbudushee.ru/</a>	Эксперимент
Что я думаю о других	1		Игра драматизация
Я и мы	2	<a href="https://yandex.ru/video/preview/11140920512880341909?text=эксперимент%20аша&amp;path=yandex_search&amp;parent-reqid=1695370339880530-14494655960517597896-balancer-17leveler-kubryp-vla-156-BAL-4748&amp;from_type=vast&amp;has_translations_incut=1">https://yandex.ru/video/preview/11140920512880341909?text=эксперимент%20аша&amp;path=yandex_search&amp;parent-reqid=1695370339880530-14494655960517597896-balancer-17leveler-kubryp-vla-156-BAL-4748&amp;from_type=vast&amp;has_translations_incut=1</a>	Тренинг
Диалог	1.		Практикум
Давай с тобой поговорим	1		Драматизация
Сотрудничество	1		Практикум
Шаг в будущее	1	<a href="https://teacher.vbudushee.ru/">https://teacher.vbudushee.ru/</a>	Рефлексия
<b>Всего часов</b>			<b>17 часов</b>