

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Уразовская средняя общеобразовательная школа № 1»
Валуйского района Белгородской области

«Согласовано» Заместитель директора МОУ «Уразовская СОШ №1» Валуйского района Белгородской области  С.И. Саблисенко «30» <u>июня</u> 2022 г.	«Утверждаю» Директор МОУ «Уразовская СОШ №1» Валуйского района Белгородской области  Е.Н. Лысенко Приказ № <u>147-99</u> от <u>30 июня</u> 2022 г.
--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Ценности жизни»

(духовно-нравственное направление)

уровня основного общего образования

возраст 15-17 лет

срок реализации программы – 1 год

Составитель:
Дмитриева Юлия Николаевна
педагог дополнительного образования

п. Уразово, 2022 г.

Общая характеристика курса

Рабочая программа «Ценности жизни» духовно-нравственной направленности разработана в соответствии с новыми требованиями ФГОС СОО. Внеурочная деятельность является составной частью учебно-воспитательного процесса и одной из форм организации свободного времени учащихся.

Занятия для старшеклассников по формированию социальных навыков объединены в программе, идея которой заключается в повышении социальной адаптированности на основе ценностно-целевой позиции. Данная программа включает игры и упражнения, которые дают возможность позитивного самосознания, научиться ценить свою и чужую индивидуальность, работать в команде, т.е. формируют те качества социально адаптированной личности, которые позволяют решать многоступенчатые задачи.

К сожалению, в современных школьных программах практически нет специальных занятий, посвященных формированию мира ценностей человека, которые, в свою очередь, содействуют эффективному развитию социальных навыков или отдельных их элементов. Вместе с тем направленное повышение социальной адаптированности старшеклассников, их обучение способам успешной социализации позволили бы избежать многих проблем девиантного поведения.

Цель программы: формирование у старшеклассников нравственных, волевых, деловых, коммуникативных качеств личности, воспитание ответственности за свое здоровье, поступки.

Задачи программы:

- обучить навыкам познания самого себя, осмыслению сильных и слабых сторон своей личности, принятия себя как ценности и самовоспитания;
- способствовать развитию умения эффективного общения с другими людьми;
- формировать стремление к свободному принятию достойных человека целей.

Адресат программы

Программа внеурочной деятельности «Ценности жизни» предназначена для учащихся 15-17 лет, проявивших интерес к духовной деятельности.

Объём и сроки реализации

Общее количество часов – 34 часа.

Режим занятий – 1 раз в неделю по 1 часу (40 минут).

Срок реализации – 1 год.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

знать	уметь
✓ как правильно воспитать морально волевые и нравственные качества; ✓ пути развития к самопознанию; ✓ формирование активной жизненной позиции; ✓ о воспитании уважения к нормам коллективной жизни	✓ вести диалог; ✓ проводить самоанализ и самотестирование; ✓ выполнять психологические упражнения; ✓ участвовать в дискуссии; ✓ выстраивать эффективное общение с другими людьми; ✓ ставить цели и принимать решения

Содержание курса внеурочной деятельности

Раздел 1. «Я и мой мир»

1. Вводное занятие (1 час)

Знакомство членов группы друг с другом. Самоопределение членов группы и определение групповой цели своей работы. Определение круга проблем, над которыми будут работать участники. Знакомство с принципами групповой работы. Создание атмосферы принятия и понимания.

2. Я – личность и индивидуальность (2 часа)

Личность – человек как субъект отношений, отражающих социальные связи и сознательную деятельность, устойчивая система социальных черт индивида. Индивид – отдельное живое существо – личность в ее своеобразии. Индивидуальность – человек, характеризующийся своими социально значимыми отличиями от других людей; своеобразие психики и личности индивида. Уровень притязания личности. Изучение своих потребностей, знакомство со структурой основных человеческих потребностей. Формирование экологически оправданных потребностей. Проведение старшеклассниками анализа своей личности и выявление уровня развития собственного «Я» (телесного, социального, духовного).

Ценность человека как высшей ступени живых организмов на Земле, субъекта общественно-исторической деятельности и культуры. Рефлексия – обращенность познания человека на самого себя, на свой внутренний мир. Анализ старшеклассниками событий своей жизни. Формирование способов познания себя.

3. Мои цели как ценности (1 час)

Осознание обучающимися целей, дающих человеку смысл жизни. Понимание разницы между материальными и нематериальными целями. Осознание собственных целей и стремлений. Мотив – побуждение к деятельности, связанное с удовлетворением определенной потребности. Цель – мотивация как проявление потребностей личности.

Осознание старшеклассниками того, что является для них самым значимым в жизни; какие отношения они хотят установить с другими людьми, окружающим миром. Развитие умения планировать позитивный образ своего будущего.

4. Время – ценность (2 часа)

Время как философская категория: одна из основных форм существования бесконечно развивающейся материи. Развитие представлений старшеклассников о времени. Чувство времени. Резервы экономии времени. Правильное определение времени интуитивно. Способность контролировать время на сон – бодрствование – учебу – отдых. Режим дня. Анализ затраченного времени. Развитие способности структурировать свое время.

5. Я и мое здоровье как ценность (2 часа)

Здоровый образ жизни как ценность. Здоровье как необходимая база для достижения жизненных целей: поступления в колледж, университет; успешной учебы и профессиональной карьеры; создания семьи и рождения здоровых детей. Осознание зависимости здоровья от образа жизни и вредных привычек. Зависимость красивой внешности от состояния здоровья. Составление Карты здоровья (с помощью родителей). Длительные и кратковременные психические состояния. Стрессы, утомление. Изучение своего состояния с точки зрения утомления, умения регулировать свое психическое состояние, управлять чувствами. Формирование способов познания себя. Изучение собственного субъективного контроля. Осознание себя личностью, отвечающей за себя и свои поступки. Выбор задач самовоспитания.

6. О ценностях ума и образования (1 час)

Познание как ценность. Ум как обобщенная характеристика познавательных возможностей человека. Индивидуально-психологическая

характеристика мыслительных способностей человека. Поиск внутренних ресурсов. Выработка умения поиска внешних ресурсов. Развитие умения планировать позитивный образ своего будущего. Развитие своих интеллектуальных возможностей и достижение высот в интеллектуально-познавательной сфере.

7. Творчество как ценность (2 часа)

Творчество как основа созидания индивидуальности. Формирование авторского отношения человека к собственной жизни, к своему социальному и природному окружению. Творческая активность личности как условие становления и проявления индивидуальности. Развитие в коллективе процессов коллективного и индивидуального жизнетворчества. Как научиться жить по своей программе?

8. Профессия как ценность (2 часа)

Труд как средство самовыражения и самоутверждения личности. Профессия как род деятельности, связанный с определенной областью общественного производства. Знакомство с основными типами, классами, отделами и группами профессий. Определение старшеклассниками предпочтительного типа будущей профессии, склонности к типу профессии. Развитие умения планировать позитивный образ своего будущего.

9. Успех как ценность (2 часа)

Успех как высокий результат, самодостижение и общественное признание. Статус и социальные притязания. Здоровье – основа успеха. Ситуация успеха для «себя любимого»: как ее создать. Алгоритм создания ситуации успеха: выбор цели, определение своих сильных и слабых сторон, установка на готовность успешно действовать, определение пути наилучшего выхода из ситуации, контроль над ситуацией. Самооценка как регулятор поведения. Ее связь с уровнем притязаний. Изучение собственной самооценки. Формирование адекватной самооценки, установление гармоничных отношений между своими желаниями и возможностями.

10. Жизнь как ценность (2 часа)

Осознание ценности понятия «жизнь». Осознание собственных жизненных ценностей. Исследование психологами уровня счастья различных социальных категорий людей. Уровень удовлетворенности жизнью. Развитие адаптивных способностей. Осознание своих страхов.

Раздел 2. «Я и этот мир»

11. Семья как ценность (2 часа)

Осознание ценности понятия «семья». Семья как устойчивый союз на основе любви. Что нам дает родительская семья? Конструктивное взаимодействие с родителями. Оценка своих сыновних и дочерних качеств. Установление взаимопонимания с родителями.

12. Общение как ценность (2 часа)

Формирование убеждения: «Другой» - это ценность». Осознание нравственных основ общения между людьми. Общение и уверенность в себе. Общение – необходимый компонент жизни личности, средство самоосуществления, психологической помощи другим. Развитие доверия, открытости, умения слушать и понимать других.

Понятие «конфликтная личность». Необходимость гармонизации общения. Выявление качеств, необходимых для продуктивного общения. Развитие умения объективно относиться друг к другу. Формирование способов познания другого. Коррекция восприятия других и себя.

13. Дружба как ценность (1 час)

Дружба как устойчивая личная привязанность между людьми, возникшая на основе личной симпатии друг к другу, единства взглядов, интересов и целей. Взаимопонимание. Принятие человека. Внутренняя позиция. Что такое обаяние? Правила дружбы и товарищества.

14. Любовь как ценность (2 часа)

Формирование представления о любви как ценности. Любовь – основа человеческой жизни, счастья. Потребность любить и быть любимым – одна из основных социальных потребностей человека. Осознание половых различий. Психологические различия юношей и девушек.

15. Ценность природы (2 часа)

Осознание значения природы для здоровья и отдыха человека. Отдых на природе как максимально полезный для эмоционального и психологического самочувствия. Необходимость сохранения чистоты природного мира. Как отдыхать на природе. Значение воздуха для энергетики человека. Отрицательные аэроионы.

16. В чем ценность команды? (2 часа)

Значение, ценность «команды». Способность действовать в команде как одно из наиболее востребованных личных качеств. Приобретение практических навыков взаимодействия с другими людьми по принципу сотрудничества, а не соперничества. Формирование навыка принятия

решений и способов их достижения. Развитие умения принимать на себя ответственность, заботу о других.

17. Деньги как ценность (1 час)

Схема соотношения материальных и духовных потребностей в личности человека. Труд как ценность. «Золотые» правила предпринимательства. Ваши возможности и способы заработать. Составление рекомендаций по трате денег.

18. Что нужно для успешной карьеры? (1 час)

Ресурсы, необходимые для достижения карьеры. Формирование умения идентифицировать социальные роли. Социальная роль как социально одобренное и ожидаемое от человека в определенных обстоятельствах поведение, с его определенными характеристиками, диктуемыми конкретными обстоятельствами. Сопоставление себя с другими; самоанализ; оценка окружающих явлений и самооценка. Изучение старшеклассниками своей готовности к неожиданным изменениям в жизни, к активным действиям. Как научиться планировать? Предъявление требований к самому себе: управление начинается с себя.

19. Культура как ценность (2 часа)

Культура как определенный уровень развития общества и человека, выраженный в созданных людьми материальных и духовных ценностях. Осознание ценности понятия «человечество». Ценность понятия «Отечество». Чувство Родины. Богатство духовной культуры, заложенное в нравственном укладе, обычаях и традициях своего народа. Гражданское самоопределение как выбор личностью своей позиции в национальном вопросе. Человек как субъект культуры. Развитие чувства ответственности за свои поступки, проявления. Требования к культурному человеку. Выявление и отработка эффективных коммуникативных навыков на основе полученной информации о себе и других.

20. Мир в мире как ценность (1 час)

Осмысление своего места в мире; расширенное толкование понятия «дом» как весь мир. Осознание себя неразрывной частью всей природы. Как должны быть связаны могущество цивилизации и природные задатки человека? Цель развития цивилизации, направление усилий человека. Идеи «автотрофности» и «назад к природе» - две крайние точки зрения на развитие человечества.

21. Итоговое занятие (1 час)

Подведение итогов работы. Рефлексия изменений, происшедших в участниках и всей группе в процессе тренинга. Прогнозирование участниками группы будущих жизненных планов. Помощь во включении опыта, приобретенного в группе, в повседневную жизнь.

Тематическое планирование

1 год обучения

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
1.	Раздел 1. «Я и мой мир» Вводное занятие	1
2.	Я – личность и индивидуальность	2
3.	Мои цели как ценности	1
4.	Время – ценность	2
5.	Я и мое здоровье как ценность	2
6.	О ценностях ума и образования	1
7.	Творчество как ценность	2
8.	Профессия как ценность	2
9.	Успех как ценность	2
10.	Жизнь как ценность	2
11.	Раздел 2. «Я и этот мир» Семья как ценность	2
12.	Общение как ценность	2
13.	Дружба как ценность	1
14.	Любовь как ценность	2
15.	Ценность природы	2
16.	В чем ценность команды?	2
17.	Деньки как ценность	1
18.	Что нужно для успешной карьеры?	1
19.	Культура как ценность	2
20.	Мир в мире как ценность	1
21.	Итоговое занятие	1
	Итого	34 часа

В настоящем документе пронумеровано,
прошнуровано и скреплено печатью

8 (восьмь) листов
Директор МОУ «Уразовская СОШ №1»
Валуйского района Белгородской области
_____ Е.Н. Тысенко /

