

Цільова гімназійна програма

«Азбука розвитку ОСОБИСТОСТІ»

Мета: Забезпечити умови для задоволення потреб учнів в самопізнанні, самовираженні, самоутвердженні, самовизначенні, самоврядуванні, самореалізації за допомогою специфічного змісту, методів і форм, що забезпечують перехід від виховання до самовиховання.

Завдання:

- навчити учнів способам організації індивідуальної діяльності на основі загальнолюдських моральних принципів;
 - вчити оцінювати явища та вчинки особистості з позиції відповідальності вищій меті розвитку особистості;
 - розвивати навички здійснення саморозвитку та рефлексивної діяльності учнів;
 - зорієнтувати на подальше самовдосконалення;
 - підготувати до доступної за формою та рівнем подальшої безперервної освіти;
 - формувати конкурентноздатність і здатність самовиживання;
 - попередити допущення можливих помилок в прийнятті життєво-важливих рішень.
- 1) Створити і запровадити в навчально-виховний процес гімназії програму самовдосконалення особистості. Підготувати методичні рекомендації з метою запровадження програми саморозвитку особистості в навчальному закладі.
 - 2) Вивчити, обговорити, адаптувати і запровадити програму саморозвитку І.Н.Закатова, Г.К.Селевко, Н.К.Тихомірова.

Механізм і реалізація проекту

Проект впроваджуватиметься на годинах спілкування в 5-11 класах класними керівниками згідно рекомендованої програми. Заняття проводитимуться двічі на місяць (II і IV тиждень). В програмі зазначенні поняття, які повинні засвоїти й оперувати ними учні, зразки практичних занять.

Психологом розроблені методичні рекомендації, підібрано теоретичний матеріал згідно тем у відповідних класах.

В проекті зазначаються мета та завдання для кожної вікової категорії, прослідковується логічний та психолого-наступний зв'язок, педагогічна наступність.

Проект передбачає опрацювання виховних програм:

□ 5 клас «Культура поведінки»;

□ 6 клас «Створи себе сам»;

□ 7 клас «Навчи себе вчитися»;

□ 8 клас «Пізнай себе»;

□ 9 клас «Самоствердження»;

□ 10, 11 клас «Найди себе»

4. Відповідальний за впровадження проекту заступник директора з навчально-виховної роботи Шкурат Л.І.

За впровадження програм у систему навчально-виховного процесу серед учнів відповідальні:

5 кл. – класні керівники 5-х класів

6 кл. – класні керівники 6-х класів

7 кл. – класні керівники 7-х класів

8 кл. – класні керівники 7-х класів

9 кл. – класні керівники 7-х класів

10-11 кл. – класні керівники старшої школи

- За підготовку практичних матеріалів – *Булах М.В.*
- За підготовку рекомендацій по впровадженню програми *Шкурат Л.І.*
- За високий науковий методичний рівень занять – класні керівники 5-11 класів, офіцери-вихователі.

Оцінювання проекту буде здійснюватися щорічно в травні проведенням тестів та групових занять психологом закладу, членами адміністрації, а також доцільно 2 рази в рік проводити оцінювання програми самими учасниками.

Інформацію про хід програми узагальнюватиме заступник директора з навчально-виховної роботи Шкурат Л.І. на підставі розробок занять, звітів від класних керівників, нових проектів та пропозицій учасників програми.

КУЛЬТУРА ПОВЕДІНКИ

5 клас

Програма передбачає системний підхід до процесу організації життєдіяльності учнівського колективу, спрямованого на формування в учнів основних норм суспільного життя, розкриття в процесі активної суспільної діяльності їхніх творчих можливостей для реалізації виховного ідеалу закладеного суспільством.

Системність здатна навчити дитину керувати собою під час індивідуальної діяльності і під час взаємодії з іншими.

Характерна особливість психіки школяра у віці 10-11 р. прямий і швидкий зв'язок емоцій і поведінки. В Я концепції особистості домінує Я-емоційне, де можна виділити таку структуру:

Я подобаюсь – почуття успіху, впевненості в суспільному визнанні.

Я здібний – впевненість в можливості здійснити заплановане.

Я захищений – почуття значимості, визнання захищеності в своєму колі спілкування.

Мета: формування позитивної емоційної Я концепції: “Я подобаюсь”, “Я здібний”, “Я захищений”.

Завдання:

- ✓ пробудити в дитини інтерес до самого себе, до свого внутрішнього духовного світу;
- ✓ привернути увагу учнів до основних моральних категорій, попередньо ознайомивши з ними;
- ✓ формувати самооцінку своїх якостей, своїх досягнень і можливостей;
- ✓ ознайомити з поняттями: мораль, добро, совість, любов, працелюбство, обов’язок;
- ✓ ознайомити з алгоритмами навчання, формами організації здорового режиму, культури поведінки;
- ✓ ознайомити дітей з можливостями керувати власною поведінкою;
- ✓ розвивати навички самоаналізу і саморегуляції поведінки.

Структура програми

Програма складається з 6 розділів:

- I. Загальнолюдські цінності.
- II. Вихованість та її складові.
- III. Культура спілкування.
- IV. Культура зовнішності.
- V. Культура побуту.
- VI. Культура навчальної праці.

Зміст програми «Культура поведінки»

I. Загальнолюдські цінності (вересень):

- Добро. Зміст і значення поняття. Милосердя. Чи добрий ти.
- Совість. Правдивість. Справедливість. Чесність. Чи правдивий ти.
- Любов до рідних, до друзів, знайомих, слабких, до всіх кому ми потрібні, до всього живого.

- Любов до природи (живої і неживої) як уміння розуміти. Берегти і турбуватися про природу. Кого і що ти любиш.
- Дружба і товаришування. Закони дружби. Вірність і самопожертва. Твої друзі. Стосунки між хлопчиками та дівчатами.
- Працелюбство. Посильна праця для тебе і рідних. Твоє ставлення до праці.
- Відображення моралі у поведінці людини – в поступках, справах, „Золоте правило моралі”. Приклади для наслідування.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Що підказує тобі серце»,*
- ✓ *«Бути милосердним»,*
- ✓ *«Мистецтво спілкування: коли яке слово мовити»*

II. Вихованість і її складові (жовтень)

Культура спілкування, культура зовнішності, культура побуту, культура навчальної діяльності.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Гра-пантоміма «Хто я?»»,*
- ✓ *Етичні бесіди:*
 - ✓ *«У кожного є своє покликання»*
 - ✓ *«Праця і життя людини»*
 - ✓ *«Ставлення людини до людей»*

III. Культура спілкування (листопад)

- Ти живеш в суспільстві. Форми вітання. Форми знайомства і рекомендацій. Форми спілкування з різними категоріями людей.
- Правила ведення бесіди. Вміння висловлюватись. Вміння слухати. Вміння сперечатися, а не сваритися. Поведінка під час розмови.
- Ввічлива розмова „Ти” і „Ви”. Інтонія. Вибачення та відмова.
- Ти серед чужих. Поведінка в школі, вулиці, транспорті, магазині, театрі, на концерті, в музеї, бібліотеці. Поведінка в гостях, на прийомах.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Пізнаєш себе - пізнаєш світ»*
- ✓ *«Чи вмієш ти контролювати себе»*
- ✓ *«Як жити в мирі з людьми»*
- ✓ *«Міні-тренінг «Уміння працювати в команді, або як «Я» перетворити на «Ми»*
- ✓ *«Чи потрібно вибачатися»*

IV. Культура зовнішності (грудень)

- Дивимося в дзеркало. Зовнішність. Секрети краси. Чистота і краса. Здоров'я і краса. Гігієна – запорука краси і здоров'я. Погляд на себе очима інших.
- Одяг. З історії одягу. Види і призначення одягу. Догляд за одягом.
- Осанка і походка. Пози. Жести і жестикуляція.
- Зачіска. Догляд за волоссям. Головні убори.
- Взуття. Догляд за ногами. Красиве та зручне взуття.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Мозкова атака «Що заважає людям бути відповідальними?»*
- ✓ *«Чи важко бути охайним?»*
- ✓ *«Посієш звичку- посієш характер»*
- ✓ *«Білі ворони»*
- ✓ *«Особиста гігієна хлопчиків/дівчаток»*

V. Культура побуту (лютий)

- Наше житло. Від печери до квартири. Моє житло – моя фортеця.
- Затишок і краса дому. Речі – помічники. Все по своїх місцях. Під'їзд, двір, вулиця – сфера уваги і впливу вихованої людини.
- Твій куточок в домі. Твоє робоче місце об'єкт твого догляду. Предмети, що тебе оточують. Догляд за ними. Твої домашні обов'язки.
- Режим дня. Твій час і як його берегти. Пунктуальність. Режим як засіб виховання волі і характеру. Режим дня і здоров'я.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Допомагаємо старшим»*
- ✓ *«Як ставитися до молодших братиків і сестричок»*
- ✓ *«В гостях і дома»*
- ✓ *«Як поводитися у навчальному закладі, вдома, на вулиці»*

VI. Культура навчання (березень)

- Азбука навчальної праці.
- Не відкладай на завтра те, що можна зробити сьогодні.
- Праця і відпочинок.
- Повторення – мати навчання.
- Читання в твоєму житті.
- Правила: „Треба”. „Добре”. „Цього робити не варто”.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Праця в житті людини»*
- ✓ *«Як правильно організувати свою працю»*
- ✓ *«Ваш вибір: можу + хочу + треба»*
- ✓ *«Вчитись учитись»*
- ✓ *« Що означає культура праці»*
- ✓ *«Пташка красна своїм пір'ям, людина – своїми знаннями»*

VII. На сцені нашого „Я” (квітень)

- Наші різні ролі. Наші різні обличчя. Я дома. Я в школі. Я на вулиці. Я в транспорті. Я в кіно, музеї, театрі, я в гостях. На відпочинку.
- Поведінка вихованої людини: ввічливість, уважність, тактовність, чуйність, доброта, чесність, бережливе ставлення до всього, що тебе оточує.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Я і мій клас»*
- ✓ *«Дотримання гімназійної етики»*
- ✓ *«Азбука спілкування»*

- ✓ «Слово не горобець – вилетить не піймаєш»
- ✓ «Вихована людина: яка вона?»
- ✓ «Золоте правило ввічливості»

Форми практичних занять та вправ

- Тренінги спілкування;
- виконання режиму дня;
- практикуми: як вести себе за столом, як красиво одягатися, та ін
- складання та виконання пам'яток:
- ✓ „Як готувати уроки дома”
- ✓ „Як стати уважним”
- ✓ „Уміти слухати”
- ✓ „Правила спілкування”
- заповнення анкет;
- виконання пам'яток самоконтролю за навчанням та поведінкою;
- рольові ігри.

СТВОРИ СЕБЕ САМ

(самовиховання)

6 клас

Будь-яке виховання є в кінці кінців самовихованням.

Л.Виготський

Особливістю підліткового віку є початок процесу свідомого самовиховання. Підліток починає задумуватися над можливостями впливу на свої фізичні і особистісні якості і здійснювати для досягнення мети свідомі ціле напрямлені зусилля.

Самовиховання це процес цілеспрямованих змін, підняття людиною самої себе на більш вищий ступінь фізичного, морального, духовного, соціального і творчого розвитку.

Шостий клас – це період коли свідомо формується внутрішній світ дитини, він виробляє свої принципи діяльності, спілкування. Підліток прагне утвердитися в колективі, зайняти в ньому достойне місце. Саме в цей час формується круг інтересів із яких утворюються ціннісні орієнтації.

В 6 класі учні оцінюють себе зв'язаними з такими аспектами:

імідж

чарівний

турбота про здоров'я

поведінка

воля

виробляю характер

друг

в праці

член колективу

діловитість

екологічна свідомість

шкідливі звички

Мета: формувати в учнів у процесі соціалізації здатність до моральних переживань, до удосконалення цінностей внутрішнього світу.

Завдання:

- спонукати учнів до самовиховання;
- ознайомити з поняттями: самовиховання, воля, самоконтроль, самовладання;
- формувати мотиви самовиховання;
- розкрити можливості людини в його прагненні стати кращим;
- допомогти дитині оволодіти прийомами самовиховання, методами роботи над собою;

- формувати первинні вміння самовиховання: визначенню мети, завдань, організації режиму, контролю над собою, вольової поведінки;
- пробудити в дитини віру в себе, свої сили, в можливість стати кращою;
- створити в учнів перший досвід самовиховання;
- скласти індивідуальну програму самовиховання.

Структура програми

- I. Поняття про процеси виховання і самовиховання.
- II. Моральне самовиховання.
- III. Програма самовиховання.
- IV. Організація (методи) самовиховання.

Зміст програми „Створи себе сам”

I. Поняття про процеси виховання і самовиховання (жовтень, листопад).

- Роль і можливості самовиховання і саморозвитку. Внутрішні мотиви самовиховання. Невдоволеність собою, прагнення розвинути свої індивідуальні нахили, честолюбство.
- Діяльність і її роль у вихованні та самовихованні. Етапи діяльності: мета, планування, реалізація мети (зміст), результат (аналіз).
- Основні напрямки самовиховання: моральне, естетичне, трудове, розумове, фізичне.
- Самовиховання, як вольовий процес. Роль цільових установок і звичок у вольових зусиллях. Активна і реактивна поведінка. Самовольності і впертість, особливості їх проявів і корекція.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Віра в себе»*
- ✓ *«Завтрашній характер - у сьогоднішньому вчинку»*
- ✓ *«Що означає бути вихованим»*
- ✓ *«Твої норми поведінки»*
- ✓ *«Характер людини: як він формується»*

✓ *«Життя чудове, тому що можна подорожувати»*

✓ *«Позитивне ставлення до себе, як себе полюбити»*

II. Моральне самовиховання (грудень, лютий).

- Основні поняття моральності: добро, зло, справедливість, честь, доблість, обов'язок, відповідальність, милосердя, великодушність, стид, совість, щастя, свобода.

- Мораль загальнолюдська, релігійна, етнічна, малих груп. Моральні кодекси: рицаря, джентельмена, самурая, козацька, дворянська. Сучасна мораль. Баланс “можу-хочу-треба”.

Тематика годин спілкування:

✓ *«У кого немає в душі минулого, у того не може бути майбутнього»*

✓ *«Стався до людей так, якби ти хотів, щоб ставилися до тебе»*

✓ *«Шлях до самореалізації, або як стати особистістю»*

✓ *«Духовні потреби та ідеали мого «Я»*

✓ *«Хочеш бути щасливим – будь ним»*

✓ *«Найскладніше – не відстоювати свою думку, а мати її»*

III. Організація самовиховання (березень, квітень).

- Умови, середовище, організація. Програма самовиховання юнака Л.М.Толстого. Планування роботи над собою. Особисті правила самовиховання, самообов'язків. Спосіб життя. Правила самовиховання: девізи, стиль життя, режим, традиції, вправи. Самоконтроль, самозвіт. Режим дня і його роль в організації самовиховання.

- Самопереконавання. Діалог з собою як спосіб усвідомлення себе. Самонаказ. Значення внутрішнього і зовнішнього мовлення в вольовому процесі. Вироблення звичок, розвиток здібностей, самовиховання, культури спілкування.

- Самоактивізація: самозаохочення, самонаказання, самостимуляція і самосхвалення.

- Самовладання, самонаказ, самозаспокоєння, самоприучення, самонавіювання.
- Самоутримання, самообмеження, самовідучення, самовідказ. Позбавлення шкідливих звичок.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Мої життєві принципи»*
- ✓ *«Вміння бути собою»*
- ✓ *«Як стати лідером?»*
- ✓ *«Без добрих справ немає доброго імені»*
- ✓ *«Що таке самовиховання, самооцінка, самореалізація?»*
- ✓ *«Шлях до себе»*

Приклади практичних занять

- ✓ диспут: чи можемо ми вважати себе дорослими;
- ✓ твір на тему “Я в минулому, тепер і в майбутньому”;
- ✓ закріплення адекватної самооцінки;
- ✓ складання програми позбавлення однієї з шкідливих звичок для щоденного тренінгу;
- ✓ складання програми формування актуальної позитивної звички для постійного тренінгу;
- ✓ складання індивідуальної програми самовиховання;
- ✓ обговорення соціальних ситуацій.

НАВЧИ СЕБЕ ВЧИТИСЯ

(самоосвіта)

7-й клас

Коли дітей почнуть вчити не тому, що вони повинні думати, а як тому як вони повинні думати, тоді зникнуть всі непорозуміння.

Найголовніша особливість семикласників – особиста нестабільність: підлітки егоїстичні, переконані, що лише вони варті уваги з боку дорослих, хоча саме вони здатні на самопожертву. З одного боку вони активні, беруть участь в суспільному житті, а з іншого – прагнуть усамітнення. Вони сліпо готові підчинятися обраному лідеру, з іншого – бунтувати проти будь-якої влади.

Підліток прагне включитися в доросле життя він претендує на рівні права з дорослими, це прояви в зовнішньому вигляді, манерах, часто є джерелом конфліктів.

Спостереження показали, що в цьому віці інтелектуальна діяльність призупиняється і підлітка більш захоплюють соціально значимі види діяльності – трудова, організаторська, бізнес, економічна, досугова.

Потреба в пізнавальній діяльності набуває в цьому віці нові акценти: підвищений інтерес викликає розв'язок інтелектуальних завдань, процедура пошуку, розв'язок проблеми. Тому дуже важливим завданням цього періоду є переконання підлітка в необхідності самоосвіти як засобу самовираження, самоствердження, самореалізації, як запоруку успіхів у подальшому житті і діловій сфері.

Самоосвіта – ціленаправлена довільна і самостійна пізнавальна діяльність, направлена на задоволення інтересів, потреб людини в пізнанні оточуючого світу.

Самонавчання – це процесуальна частина процесу самоосвіти, пов'язана з отриманням, переробкою, засвоєнням інформації.

Визначити свою індивідуальну тактику і стратегію навчання допоможе складання свого образу Я в різних видах діяльності.

індивідуальність у навчанні

навчаючий себе

Я

в роботі з інформацією

читаючий

говорячий

способи розумових дій

культура самоосвіти

Навчальна праця підлітків забезпечується обов'язковим для кожного предмета і етапу навчання вміннями: 1) планування власної діяльності; 2) самоорганізація навчання; 3) навчально пізнавальними; 4) уміннями самоконтролю.

Мета: спонукати підлітка до самоосвіти, вчити раціонально використовувати час.

Завдання:

- ✓ сформувати мотиви самоосвіти
- ✓ ознайомити з поняттями: самоосвіта, загальнонавчальні навички, навички культури праці;
- ✓ допомогти усвідомити учням ефективність навчальної діяльності;
- ✓ сформувати свідоме ставлення до навчання;
- ✓ ознайомити учнів з методами і прийомами самоосвіти;
- ✓ скласти індивідуальну програму самоосвіти.

Структура програми

I. Поняття про процеси навчання і вчення

II. Уміння планувати свою діяльність

III. Вміння самоорганізації

IV. Уміння навчально-пізнавальної діяльності

V. Вміння самоконтролю.

VI. Програма самоосвіти

Зміст програми “Навчи себе вчитися”

I. Поняття про процеси навчання і вчення (вересень, жовтень)

- Людина – самонавчаюча система. Видатні особистості, як результат їх самоосвіти. Уміння вчитися та його складові: здібності, воля, труд, культура, самоосвіта, універсальні здібності самостійної діяльності по отриманню й застосуванню знань, умінь і навичок.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«У колективі немає чужої роботи»*
- ✓ *«Усі професії важливі обирай свою»*
- ✓ *«Я це зможу»*
- ✓ *«Риси та якості фахівця»*
- ✓ *«Здоров'я і вибір професії»*

II. Уміння планувати свою діяльність (листопад)

- Уміння визначити мету, визначити завдання, шляхи і терміни діяльності.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Не відкладай на завтра те, що можна зробити сьогодні»*
- ✓ *«Виконуй кожну справу добре сьогодні, і можеш не турбуватися про завтра»*
- ✓ *«Як не спізнюватися і не забувати»*
- ✓ *«Життєві плани»*
- ✓ *«Як ставитися до поразок і невдач»*
- ✓ *«Секрети життєвого успіху»*

III. Вміння самоорганізації (грудень)

Вміння знайти джерела інформації і організувати роботу з ними. Виконання домашніх завдань. Режим. Система. Уміння берегти час. Місце для занять. Пам'ятка “Навчи себе вчитися”.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Ми знаємо, ми вміємо, ми зможемо»*

- ✓ *«Твій вибір – життєвий успіх»*
- ✓ *«Естафета улюблених занять»*
- ✓ *«Правильно оцінюючи себе ми здатні вплинути на своє майбутнє»*
- ✓ *«Моральні принципи і правила життя»*

IV. Уміння навчально-пізнавальної діяльності (лютий)

- Уміння працювати з книгою (читати, складати план, конспектувати).
- Робота на уроці: способи активізації уваги, спостережень, оволодіння алгоритмами.
- Пам'ять і її розвиток. Заучування. Правила запам'ятовування. Мнемотехніка. Як удосконалити свою пам'ять.
- Логічні інтелектуальні вміння: порівняння, встановлення зв'язку, виділення головного, систематизація, абстрагування, узагальнювати, досліджувати.
- Творчі вміння: поняття про творчість, дослідницькі методи в навчанні, умови творчого розвитку.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«У згоді з самим з собою»*
- ✓ *«Мій етикет»*
- ✓ *«Праця і життя людини»*
- ✓ *«Читання з зупинками»*
- ✓ *«Мистецтво запитань. Запитання, як інструмент розвитку критичного мислення»*

V. Вміння самоконтролю (березень)

Здатність перевірити правильність і міцність засвоєння теорії, практичних вмінь, вірність результатів розв'язання завдань. Самооцінка засвоєння знань, умінь, навичок. Рефлексія.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Емоції і характер, в чому їх взаємозв'язок?»*
- ✓ *«Чи відповідальна ти людина?»*

✓ Диспут «Чи можна змінити характер людини?»

VI. Програма самоосвіти (квітень)

- Удосконалення своїх розумових сил і здібностей: пам'яті, уваги, мислення, мови.
- Скарби людських знань.
- Види літератури: художньої, наукової, популярної, довідкової. Індивідуальна програма читання. Власна бібліотека і каталог.
- Організація читання. Апарат книги. Бібліотеки, їх довідково-бібліографічний апарат.
- Використання для самоосвіти радіо, кіно, телепрограми, різні види практичної діяльності: відвідування виставок, музеїв, концертів, лекцій.
- Комп'ютер в самостійному розвитку. Література для самоосвіти. Самоучитель.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Чи вмію я працювати?»*
- ✓ *«Вільний час – простір для розвитку здібностей»*
- ✓ *«Книга скаржиться! Книга дякує!»*
- ✓ *«Праця – джерело життя і головна його прикраса»*
- ✓ *«Моральні принципи досягнення успіху»*

Приклади практичних занять

- ✓ диспут “Ми все учились понемногу...”;
- ✓ твори-аналізи “Моє навчання. Як я отримую бали”;
- ✓ тренінг мотивації самоосвіти;
- ✓ складання індивідуального плану самоосвіти;
- ✓ вправи для оволодіння раціональними прийомами самоосвіти;
- ✓ вправи для вироблення прийому швидкого читання;
- ✓ навчання конспектуванню, роботі з книгою;

- ✓ хронометраж навчального і ненавчального часу;
- ✓ планування роботи на день, тиждень, місяць;
- ✓ вправи на розвиток логічних вмінь;
- ✓ обговорення соціальних ситуацій.

ПІЗНАЙ СЕБЕ

8 клас

Перший і найважливіший результат виховання полягає в тому, щоб людина почала думати сама про себе.

В.Сухомлинський

У 8 класі змінюється соціально-педагогічна ситуація розвитку дитини: він вступає в нову систему відносин з дорослими і товаришами, займаючи нове місце серед них, виконуючи нові функції.

Потреба в спілкуванні з ровесниками і потреба в самоутвердженні стає домінуючою. Пізнавальні процеси в цьому віці продовжують удосконалюватися. Пробуджується інтерес до себе самого, до своєї зовнішності. Розвиток інтересу, бажання спробувати себе в різних сферах діяльності.

В моральній сфері діти в цьому віці починають свідомо шукати відповіді на питання: хто я? Який я? Що таке життя?.

Діти оцінюють себе в цьому віці за 15 аспектами Я-концепції.

фізичне

соціальне

багатогранне

особистість

сприйняття

увага

уявлення

емоційне

темперамент

характер

друг

пам'ять

думаючий

хочу

можу

Мета: створити умови для самопізнання підлітка, виявлення особистих позитивних якостей, здібностей, сприяти подальшому самовихованню позитивних моральних якостей, які допоможуть йому протистояти негативному впливу масової інформації, рок – індустрії.

Завдання.

- ✓ педагогічно спонукати до самопізнання, формувати мотиви самопізнання;
- ✓ ознайомити з поняттями: особистість, індивідуальність, розвиток, самопізнання, самосвідомість, самовдосконалення;
- ✓ виявити інтереси, нахили і здібності підлітка;
- ✓ формувати правильне, адекватне ставлення до себе, самооцінку;
- ✓ підвести до усвідомлення необхідності і формулювання мети самовдосконалення;
- ✓ учні повинні скласти індивідуальну карту самодіагностики.

Структура програми

I. Особистість

II. Самопізнання

III. Знання як характеристика особистості

IV. Самосвідомість, самовідчуття

VI. Організація (методика самопізнання)

Зміст програми «Пізнай себе»

I. Особистість (вересень, жовтень)

- Людина як індивід і особистість. Фізичний і психічний зміст людини.
- Свідомість – характеристика людської особистості.
- Роль особистості у власному розвитку. Самовиховання, самовдосконалення. Приклади з життя видатних людей.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«На одинці із собою»*
- ✓ *«Сам собі вихователь»*
- ✓ *«Кодекс чесної особистості»*
- ✓ *«Шлях до себе»*
- ✓ *«Вміння бути самим собою»*
- ✓ *«Як стати лідером»*

II. Самопізнання (листопад)

- Самопізнання як основа самовдосконалення. Людина – таємниця для самого себе. Знання про людей, що тебе оточують, – одна з умов пізнання себе.
- Якості особистості „Хто я”.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«З чого починається самопізнання»*
- ✓ *«Техніки і способи психічного впливу на соматичний стан організму»*
- ✓ *«Відшукай себе серед інших»*
- ✓ *«Сходишки фізичного розвитку»*
- ✓ *«Мій ідеал»*
- ✓ *«Пізнай себе – і ти пізнаєш світ»*

III. Знання як характеристика особистості (грудень)

- Відчуття і сприйняття. Відображення зовнішнього світу в мозку людини.
- Емоції і почуття. Види емоцій. Емоційні стани. Емоції і свідомість.
- Темперамент. Рухомість і сила психічних процесів. Види темпераменту.
- Увага, її особливості, тренування і керівництво увагою.
- Пам'ять, її значення в житті людини. Види пам'яті короткочасна і довготривала, механічна і осмислена.
- Ерудиція. Якість знань: міцні – неміцні, систематичні – епізодичні. Вміння застосовувати знання.
- Мислення. Конкретне і абстрактне. Способи мислення: порівняння і узагальнення, аналіз і синтез. Поняття і закони.
- Здібності особистості. Задатки, інтереси. Нахили як умови розвитку здібностей. Роль діяльності в розвитку здібностей.
- Направленість: інтереси, погляди, переконання, моральність. Риси моральності: честь і достоїнство.
- Характер. Риси характеру. Самостійність, самокритичність, вимогливість, відповідальність, організованість, працелюбство. Сильний характер.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Якщо я буду...»*
- ✓ *«Сходінки до вершини успіху»*
- ✓ *«Загартування та фізичні вправи – необхідні умови здорового способу життя»*

IV. Самосвідомість, самовідчуття (лютий, березень)

- Образ Я. Я концепція. Різновиди Я (субособистостей) людини.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Духовні потреби та ідеали мого «Я»*
- ✓ *«Я» - реальне, «Я» - ідеальне»*
- ✓ *«Я – частина всесвіту»*

- ✓ *«Мої цінності»*
- ✓ *«Я і мій характер»*
- ✓ *«Ти і твоя самооцінка»*

VI. Організація (методика самопізнання) - квітень

- Самоаналіз, самоспостереження, самокритика, самоконтроль, самооцінка, рефлексія. Реєстрація самопізнання: тести, анкети, щоденники, спогади, автобіографія.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Подивись на себе уважно»*
- ✓ *«Чи можна змінити характер людини?»*
- ✓ *«Формуємо себе»*
- ✓ *«Вчимося поважати себе»*
- ✓ *«Лінія цінностей»*

Приклади практичних занять.

- ✓ вправи „Чи знаєте ви свою зовнішність”;
- ✓ тестування якостей особистості: темпераменту, пам’яті, мислення, здібностей, напрямку характеру;
- ✓ самоаналіз якостей: мої переваги, мої недоліки;
- ✓ вправа „Діалог субособистостей”;
- ✓ тренінги довільної уваги, спостережливості;
- ✓ складання характеристики особистості однокласника, на підставі спостережень;
- ✓ складання карти самооцінки;
- ✓ аналіз соціальних ситуацій.

САМОСТВЕРДЖЕННЯ

9 клас

В 8 класі під впливом біологічних і соціальних факторів в образі “Я” підлітка пріоритетний розвиток отримують такі грані самоствердження як потреба у визначенні власного “Я”, свого імені, своєї внутрішньої психологічної сутності і зовнішніх фізичних даних, утвердженні свого “Я” в соціальному просторі особистості, в спілкуванні з оточуючими.

Потреба бути признаним в своїй групі, колективі, в визначенні своєї суті, самостійність особистості. Реалізація своїх прав серед людини, претензія на дорослість, спроба бути дорослим – ці якості будуть оцінені самими учнями в процесі характеристики власного “Я” в таких сферах самоствердження.

Самоствердження
в особистісному спілкуванні
в соціальному спілкуванні
в колективі
по фрейду
в сфері взаємостосунків статей

Я

Мета: допомогти правильному позитивному самоствердженню особистості в різних сферах: соціальній, творчій, діловій, духовно-моральній, статевій, розвивати у підлітків захисну здатність протистояти аморальності.

Завдання розділу:

- формувати оптимальну мотивацію самоствердження;
- ознайомити з поняттями: самоствердження, честь, гідність, авторитет, лідерство;
- формувати в учнів повагу до себе, почуття власної гідності;
- формувати емоційно-позитивну Я-концепцію: я подобаюсь, здібний, значу;

- складання індивідуальної програми корекції якостей в різних галузях самоствердження;
- формування здатності до активного самовиявлення відповідно до своїх особистих здібностей.

Структура програми

- I. Потреби особистості в самовираженні, самоствердженні, само захищеності.
- II. Соціальне самоствердження особистості.
- III. Стосунки між юнаками та дівчатами.
- IV. Самоствердження і творчість.
- V. Самоствердження в моральній сфері.

Зміст розділу “Самоствердження”

I. Потреби особистості в самовираженні, самоствердженні, само захищеності (вересень, жовтень).

- Вікові та індивідуальні особливості Я концепції особистості і механізм самоствердження.
- Основні сфери самоствердження особистості

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Я – лідер учнівського самоврядування»*
- ✓ *«Культура поведінки: ідемо до театру (музею, кінотеатру, цирку тощо)*
- ✓ *«Подорож мережею Інтернет: відкриті наукові архіви, електронні бібліотеки, віртуальні музеї, світ електронних словників, електронна культура, термінологічні довідники*
- ✓ *«Вчимося етикету»*

II. Соціальне самоствердження особистості (грудень).

- Потреба в суспільному визнанні. Авторитет. Діалектика. “Я” і “Ми”. Способи самоствердження в колективі: активність, самостійність, принциповість, участь в самоврядуванні, незалежність.

- Потреби в спілкуванні і прояви. Комунікативний контакт з ровесниками і дорослими. Структура спілкування і середовище.
- Правила спілкування за Карнегі. Правила поведінки в компанії. Способи досягнення гарного ставлення до себе.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Кодекс чесної особистості»*
- ✓ *«Портрет мого колективу»*
- ✓ *«Я» і «Ми»*
- ✓ *«Народження істини, а не загострення стосунків»*

III. Стосунки між юнаками та дівчатами (лютий).

- Статева ідентифікація. Самоствердження в стосунках з протилежною статтю. Дівоча честь. Чоловіча гідність.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Еталон поведінки мого однолітка»*
- ✓ *«Взаєморозуміння. На чому воно ґрунтується»*
- ✓ *«Розкажи мені про мене»*
- ✓ *«Будувати життя чи пристосовуватися до обставин»*
- ✓ *«Собори наших душ»*

IV. Самоствердження і творчість (березень).

- Творчість з точки зору психології, науки, релігії, практики. Здібності, талант, умови їх розвитку. Здібності – основна умова самовираження і самоствердження особистості. Талант і праця. Правила життя і творчої діяльності. Честолюбство.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Твоє майбутнє – в твоїх руках»*
- ✓ *«Дороги які ми обираємо»*
- ✓ *«Без добрих справ немає доброго імені»*
- ✓ *«Створення життєвого саморозвитку»*

V. Самоствердження в моральній сфері (квітень).

- Чесність, порядність, відповідальність, самостійність, незалежність – як риси характеру, що сприяють самоствердженню в суспільстві і в своїх думках. Самооцінка своїх моральних якостей. Утвердження в собі людини. Гуманістичне самоствердження: добро і доброта, правда і справедливість, любов до ближнього, прощення, служіння людям

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Дисципліна: свобода чи необхідність»*
- ✓ *«Що внутрішня, що зовнішня краса тобі одній дарована, людино!»*
- ✓ *«Умій бути вдячним»*
- ✓ *«Репутація і честь»*
- ✓ *«Моя громадянська позиція»*
- ✓ *«Імідж молодого людини. Культура поведінки»*
- ✓ *«Шануймо наших вчителів»*

Приклади практичних занять

- ✓ підготовка і самостійна бесіда підлітка з учнями початкових класів;
- ✓ тренінг мотивації самоствердження;
- ✓ тренінг комунікативних умінь;
- ✓ тренінг творчих здібностей;
- ✓ соціометричне вивчення групи;
- ✓ самодіагностика і тренінг статево-рольових стосунків;
- ✓ розбір соціальних ситуацій.

НАЙДИ СЕБЕ

(самовизначення)

10-11 клас

Вік 15-16 років перехідний між підлітковим і молодим юнацьким віком. Починається стадія фізичної зрілості, закінчення статевого розвитку і стадія активної соціалізації.

В соціалізації – процес самовизначення є найважливішим.

Курс “Найди себе” допоможе визначити підлітку цінності в культурі (суспільства, нації, держави) моральні норми в стосунках з людьми, до предметів їх праці, зразок поведінки, вималювати можливі життєві перспективи. У дітей в цьому віці підсилюється значимість власних цінностей, розвивається самосвідомість, ускладнюється ставлення до себе. Соціальні умови заставляють підлітка вирішувати як будувати свою подальшу долю. Підліток проектує себе в майбутньому і це стимулює особистість до розвитку.

Протягом року учні оцінюють різні аспекти Я- концепції.

в світі професій

хочу бути (ким?)

можу бути

треба

дорослий сьогодні

син, донька

індивідуаліст-колективіст

патріот

в духовній сфері.

Я

В цей період інтенсивно формується соціально-відповідальна поведінка, усвідомлення суспільної і політичної відповідальності громадянина.

Мета: створити систему цільових орієнтацій підлітка, що визначають найближчі, середні і далекі перспективи.

Завдання:

- фомувати мотивацію самовизначення;
- ознайомити з поняттями: самовизначення, самореалізація, професія, життєвий вибір;
- допомогти підлітку в визначенні своїх сил і здібностей в профорієнтаційному самовизначенні.
- допомогти самовизначитися в різних в різних сферах життєдіяльності;
- навчити ставити мету свого розвитку;
- створити індивідуальну програму саморозвитку в різних сферах життєдіяльності;
- підготувати до подальшої безперервної освіти.

Структура програми

- I. Самовизначення
- II. Професійне самовизначення
- III. Особистісне самовизначення
- IV. Світ духовності
- V. Світ захоплень

Зміст розділу «Найди себе»

I. Самовизначення (вересень, жовтень)

- Бажання, мрії, вибір, боротьба, праця. Світи, в яких ми самовизначаємося. Воля та необхідність, вибір і обов'язок. “Можу”, “хочу”, “треба”.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Духовні потреби та ідеали мого «Я»*
- ✓ *«Як протистояти маніпуляціям свідомістю»*
- ✓ *«Непристижних професій не буває»*
- ✓ *«Ким бути чи яким бути?»*
- ✓ *«Презентація професій»*

II. Професійне самовизначення (листопад).

- Світ професій: галузі діяльності, професії, спеціальності. Вимоги професії до людини. Психологічні основи людини і їх роль у майбутньому людини. Підготовка себе до вибору професії та трудової діяльності.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Сходінками до вершини успіху»*
- ✓ *«Дороги, які ми обираємо»*
- ✓ *«Людина народжується для вічності»*
- ✓ *«Життєві цілі і засоби»*
- ✓ *«Твоя життєва стежина»*

III. Особистісне самовизначення (грудень)

- Психологія любові та дружби. Вибір партнера: випадок і розрахунок. Дружба. Вибір друга.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Світ професій: праця та покликання»*
- ✓ *«Людей я буду любити, добро й милосердя чинити»*
- ✓ *«Любов'ю дорожити вмійте»*
- ✓ *«Відкрийте чарівні двері добра і довіри»*
- ✓ *«Ти живеш серед людей»*
- ✓ *«Твій справжній друг»*

IV. Світ духовності (лютий)

- Ставлення до матеріальних цінностей: багатство і бідність, воля і рабство, колектив та самотність.
- Ідеологічне самовизначення: матеріалізм і ідеалізм, наука і релігія, партійність і безпартійність, національні та інтернаціональні цінності.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Трудова біографія моєї родини»*
- ✓ *«З магазину чи власними руками»*
- ✓ *«Працьовита родина»*

- ✓ *«Чи знаєш ти ціну праці?»*
- ✓ *«Люди які працюють поруч»*
- ✓ *«Культура емоцій і почуттів»*

V. Світ захоплень (березень)

- Використання вільного часу. Вибір захоплень. Життєві плани. Людина і доля. Ступені дорослості.

Тематика годин спілкування:

- ✓ *«Наші захоплення»*
- ✓ *«Всі професії важливі»*
- ✓ *«Скільки у світі професій?»*
- ✓ *«Як не помилитися у виборі професій?»*
- ✓ *«Професійний вибір: хто його має здійснювати»*

Тематика практичних занять

- ✓ тренінг внутрішньої мотивації самовизначення;
- ✓ твори “Я і моя майбутня професія”, “Я через 10 років”;
- ✓ обґрунтування вибраної професії (реферат і його захист);
- ✓ ознайомлення з професіограмами масових професій регіону;
- ✓ розбір соціальних задач;
- ✓ диспут “Наука і релігія”.