ПЕДСОВЕТ от 31.03.2015г.

ПРЕЗЕНТАЦИЯ программы факультативного курса

«САМОСОВЕР-ШЕНСТВОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ»

Подготовила:
педагог-психолог МБОУ СОШ №1
Станкевич Е.В.

НОРМАТИВНАЯ БАЗА ДЛЯ РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММЫ

- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года № 1897.
- Основная образовательной программа основного общего образования «Алгоритм успеха»
- Программа воспитания и социализации «Самореализация личности» МБОУ Сычевской СОШ №1
- Программа формирования универсальных учебных действий на основном уровне общего образования
- Список учебников МБОУ Сычевской СОШ №1, соответствующего Федеральному перечню учебников;
- Рекомендации по оснащению общеобразовательных учреждений учебным и учебно-лабораторным оборудованием, необходимым для реализации ФГОС основного общего образования, организации проектной деятельности, моделирования и технического творчества обучающихся (Рекомендации Министерства образования и науки РФ от 24.11.2011. № МД-1552/03).

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ

Программа может быть использована во внеурочной деятельности с учащимися 5 кл.

Пятый класс – это ранний подростковый возраст. В связи с началом бурного физического роста начинается перестройка гормональной системы, характерны перепады самочувствия. Аккуратность и послушность нередко сменяет несдержанность, эгоистичность, агрессивность.

Ребёнок становится подростком, теряя при этом психологическое равновесие

Потребности в общении со сверстниками и потребности в самоутверждении становятся доминирующими. Они проявляются:

в стремлении к такому положению среди сверстников, которое соответствует представлению подростка о себе

в повышенной (часто эгоцентрической) потребности в признании, внимании, уважении со стороны родителей и других членов семьи

в боязни изоляции в пределах своих малых групп

увеличении требова-тельности к другим, чувстви-тельности к несправе-дливости других

У подростков появляются:

- неадек-ватная само-оценка
- комплексы неполноцен-ности, связанные с пережива-нием своих недостатков
- завышенная самооценка (ведёт к развитию самомнения, болезненного самолюбия, обидчивости, эгоцентризма)
- заниженная самооценка (рождает тревожность, неуверен-ность, страхи)

Поэтому особо важное значение имеет:

- личностно-ориентированный подход
- индивидуальный подход к подростку
- учёт его индивидуальных особенностей
- создание условий для формирования адекватной самооценки

В методике изложения материала системообразующее звено – составление адекватного образа «Я» на основе само- и взаимооценок и анализа.

В течение года учащиеся оценивают себя по следующим 15 аспектам «Я — концепции»:

- Я — физическое
- Я — социальные роли
- Я — многогранное
- Я — личность
- Я — воспринимающее
- Я — внимание
- Я — воображающее, фантазирующее
- Я — эмоциональное
- Я — характер
- Я — друг
- Я — память
- Я — темперамент
- Я — думающий
- Я — хочу
- Я — могу

В самопознании подростка главное выявить собственные положительные качества, потенциалы, способности

Познание себя — тот центр, отправной пункт, из которого исходят все направления **самосовершенствования личности:**

- самовоспитание
- самоутверждение
- самообразование
- самоопределение

Процесс самопознания лежит в основе любого акта **самосовершенство вания.**

Ребенок должен осознать, кто он есть, как он себя оценивает, что и почему с ним происходит.

Поэтому курс начинается с доступного 5-классникам обзора психологических качеств личности, как бы приводя в некоторую систему имеющиеся у них представления о своей личности, **помогая детям понять себя, создать осознаваемый образ своего «Я».**

ЦЕЛИ ПРОГРАММЫ:

систематизи-
рованное изложение
понятий и проблем
самосовершенствов
ания личности на
уровне возрастного
развития

вооружение
учащихся
теорией
собственной
психической
деятельности

ознакомление с
возможными стилями
деятельности по
самосовершенствованию

Задачи программы:

педагогически побудить к самопознанию, формировать мотивы самопознания

ознакомить с понятиями: личность, индивидуальность, развитие, самопознание, самосознание, самосовершенствование

выявить интересы, склонности и способности подростка

сформировать правильное, адекватное отношение к себе, самооценку

подвести к осознанию необходимости и постановке целей самосовершенствования

Программа факультативного курса реализуется в рамках проведения классных часов, на ее реализацию отводится

<u>1 час в неделю</u>

Содержание программы

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.). (1 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.)

Содержание программы

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

Ощущения и восприятия.

Эмоции и чувства. Виды эмоций. Эмоциональные состояния.

Темперамент. Виды темперамента.

Внимание, его особенности; тренировка и управление вниманием.

Память, её значение в жизни человека. Виды памяти

Знания как характеристика личности. Эрудиция. Качества знаний

Мышление. Конкретное и абстрактное мышление. Способы мышления: сравнение, обобщение, анализ, синтез.

Способности личности. Задатки, интересы, склонности

Направленность: интересы, взгляды, убеждения, нравственность. Честь и достоинство.

Характер, черты характера. Самостоятельность, самокритичность, требовательность, ответственность, организованность, трудолюбие. «Сильный характер». (6 ч.)

Содержание программы

IV.Самосознание, самоощущение. Образ Я, Я-концепция. Разнообразие «Я» человека.(3 ч.)

V. Организация самопознания: самоанализ, самонаблюдение, самокритика, самоконтроль, самооценка, рефлексия. (3 ч.)

МЕТОДЫ И ПРИЕМЫ

словесные

наглядные

практические

Основной метод — **беседа** и **диалог** на основе обсуждения выдвигаемых идей, мыслей, практических ситуаций, событий.

Средство социализации подростка

игра

игры диагностические

игры активизирующие

игры-театрализации

ролевые игры

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 учащегося в области самосовершенствования личности «Знаете ли вы себя?»

Исследования 5-классников нашей школы:

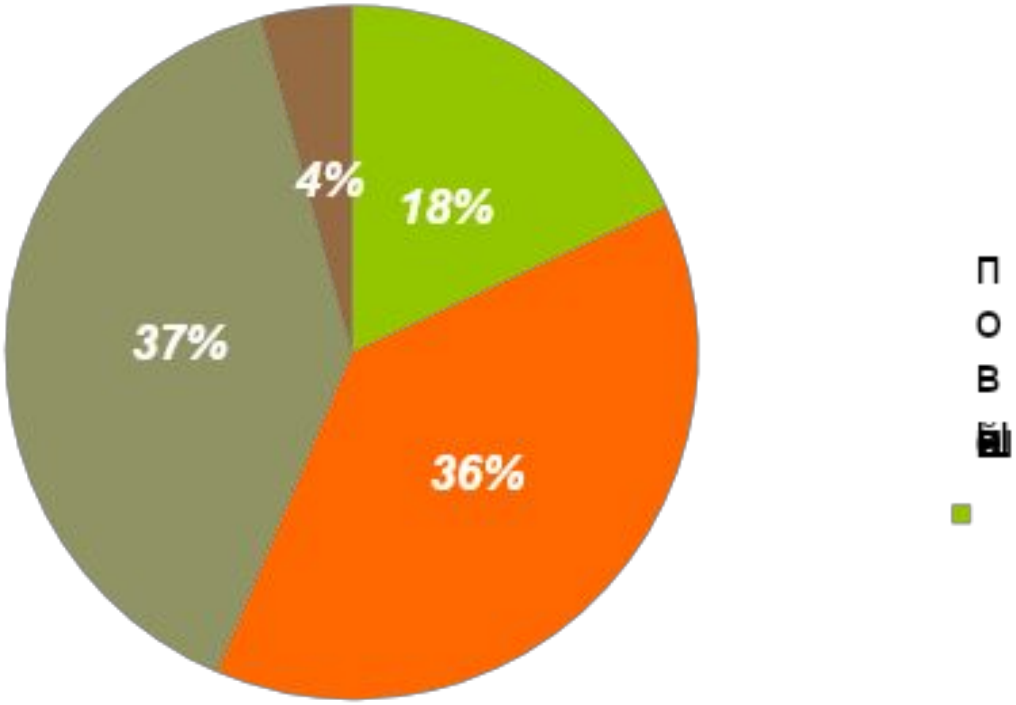
уровень тревожности

уровень самоуверенности

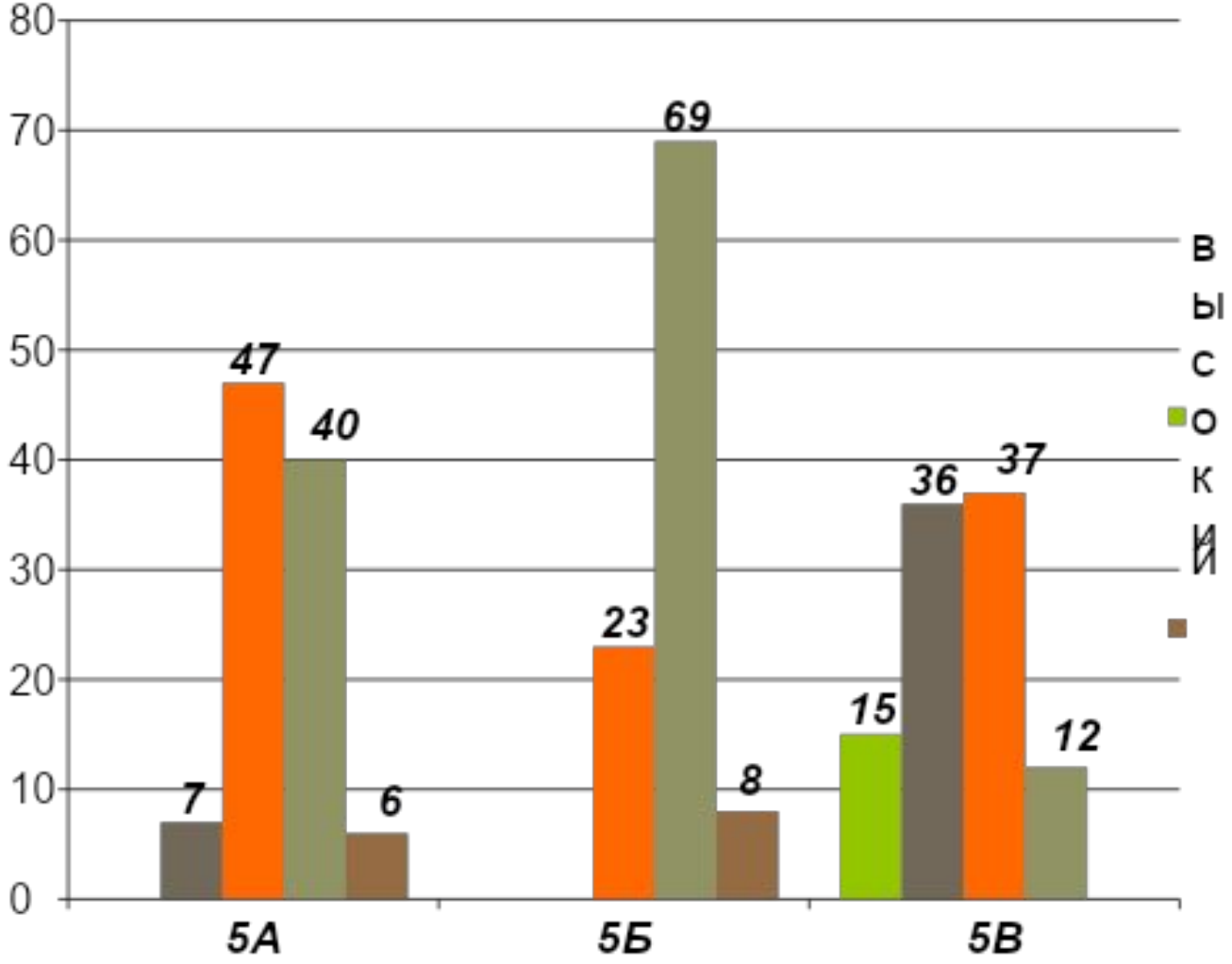
уровень школьной мотивации

Исследование уровня тревожности 5-классников

<u>Методика исследования</u>: «ЭКСПРЕСС-МЕТОДИКА» (тест из 15 вопросов).

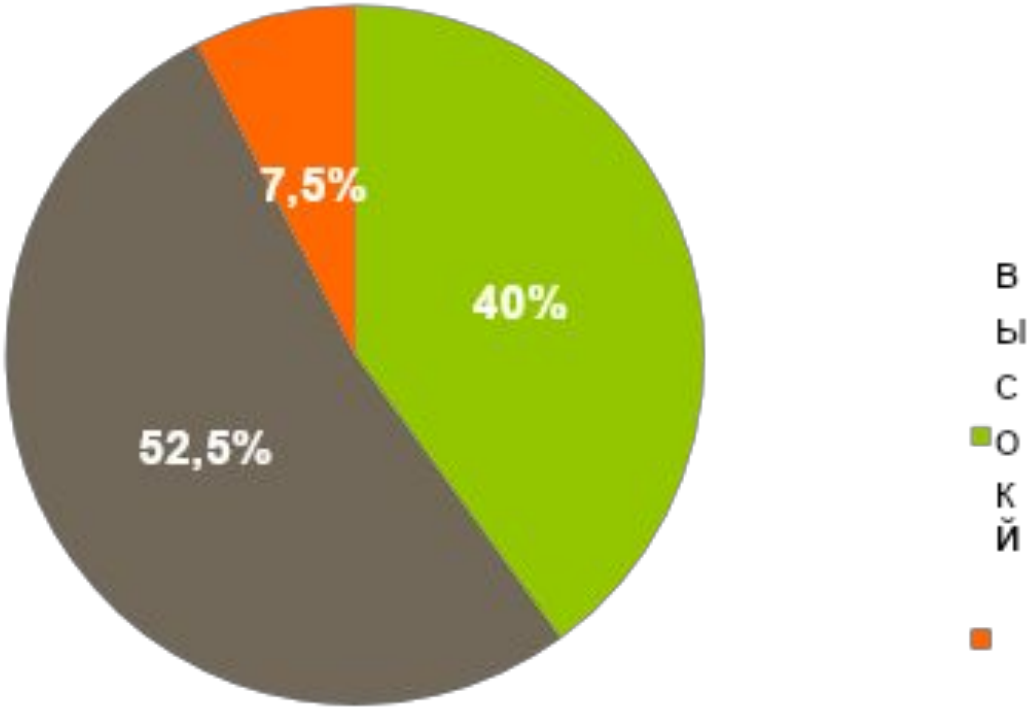


Исследование уровня тревожности (%) 5-классников

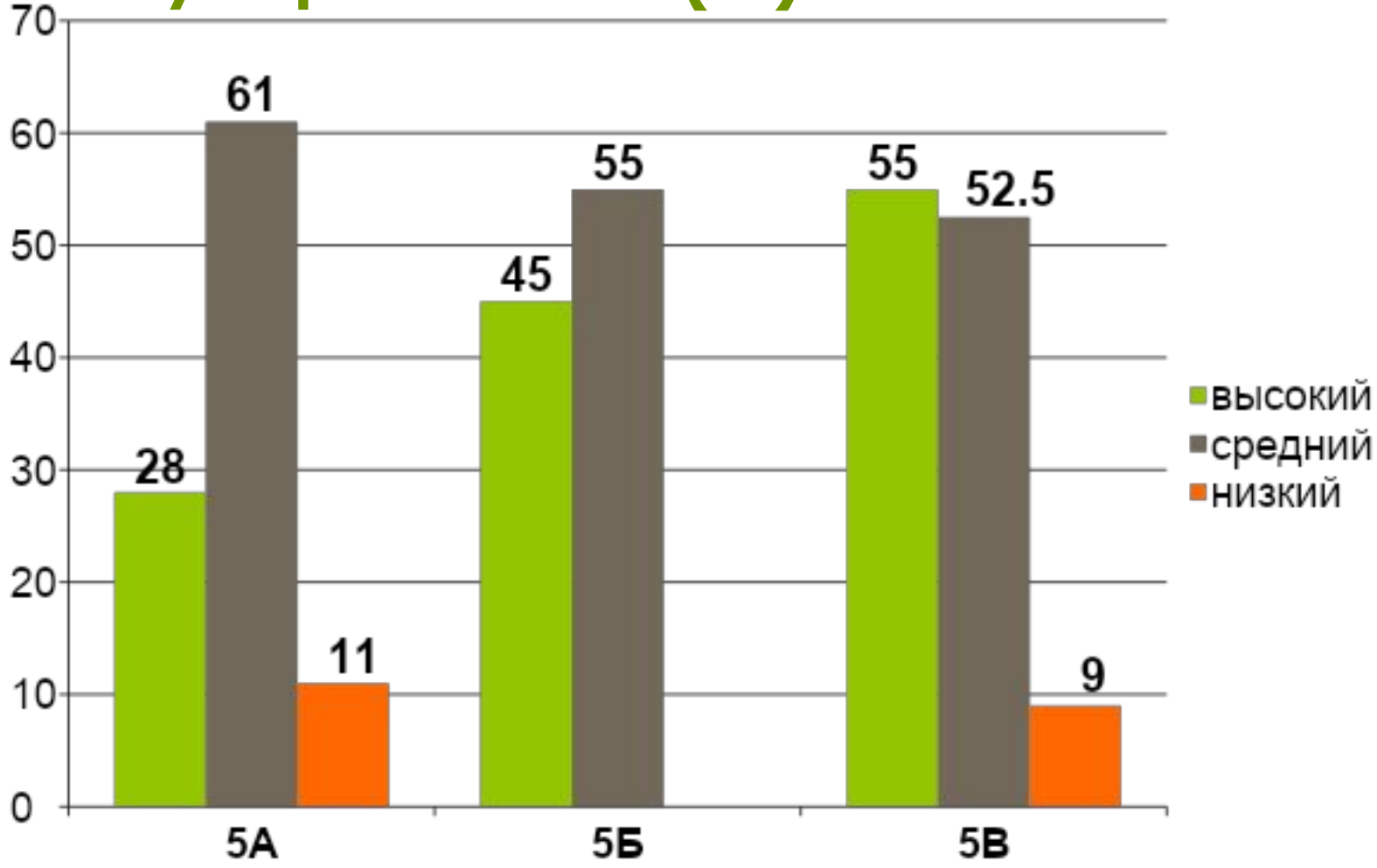


Исследование уровня самоуверенности 5-классников

<u>Методика исследования</u>: тест «Самооценка уверенности в себе» (20 вопросов).

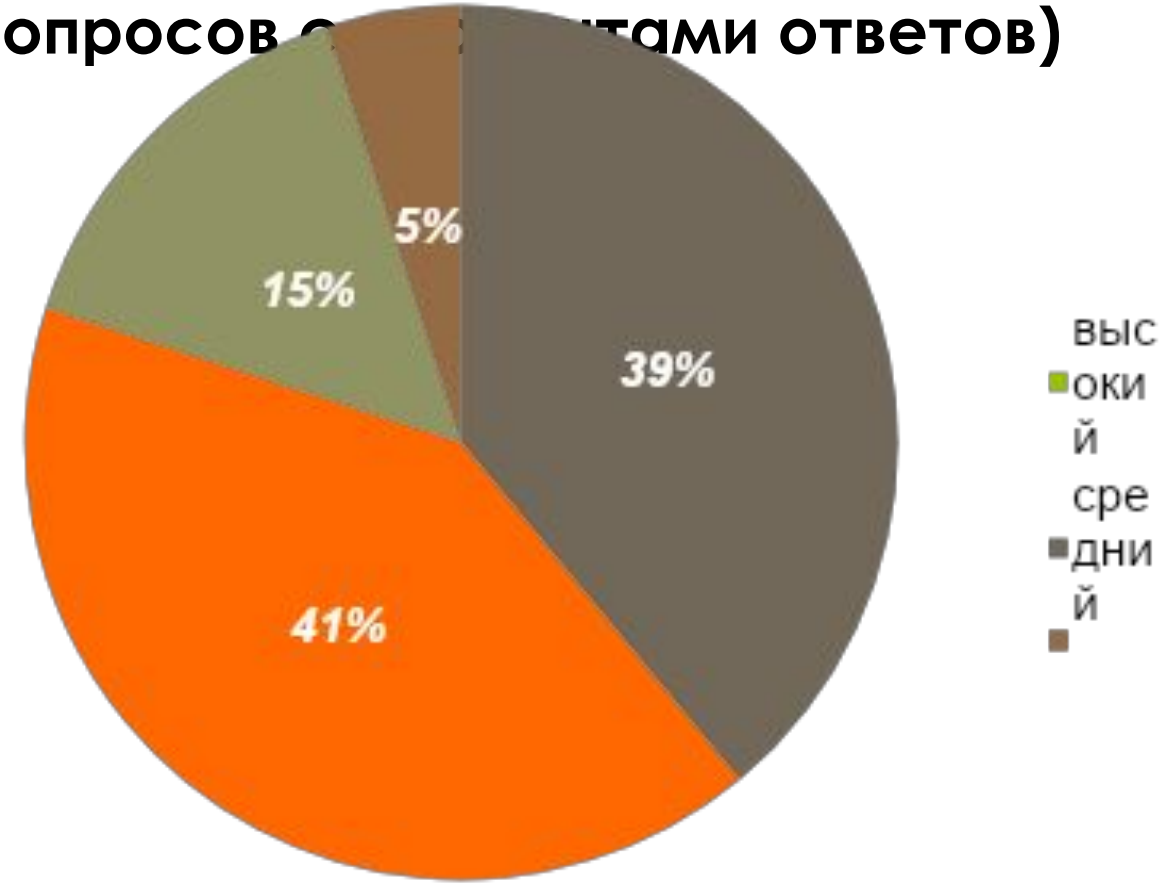


Исследование уровня самоуверенности (%) 5-классников

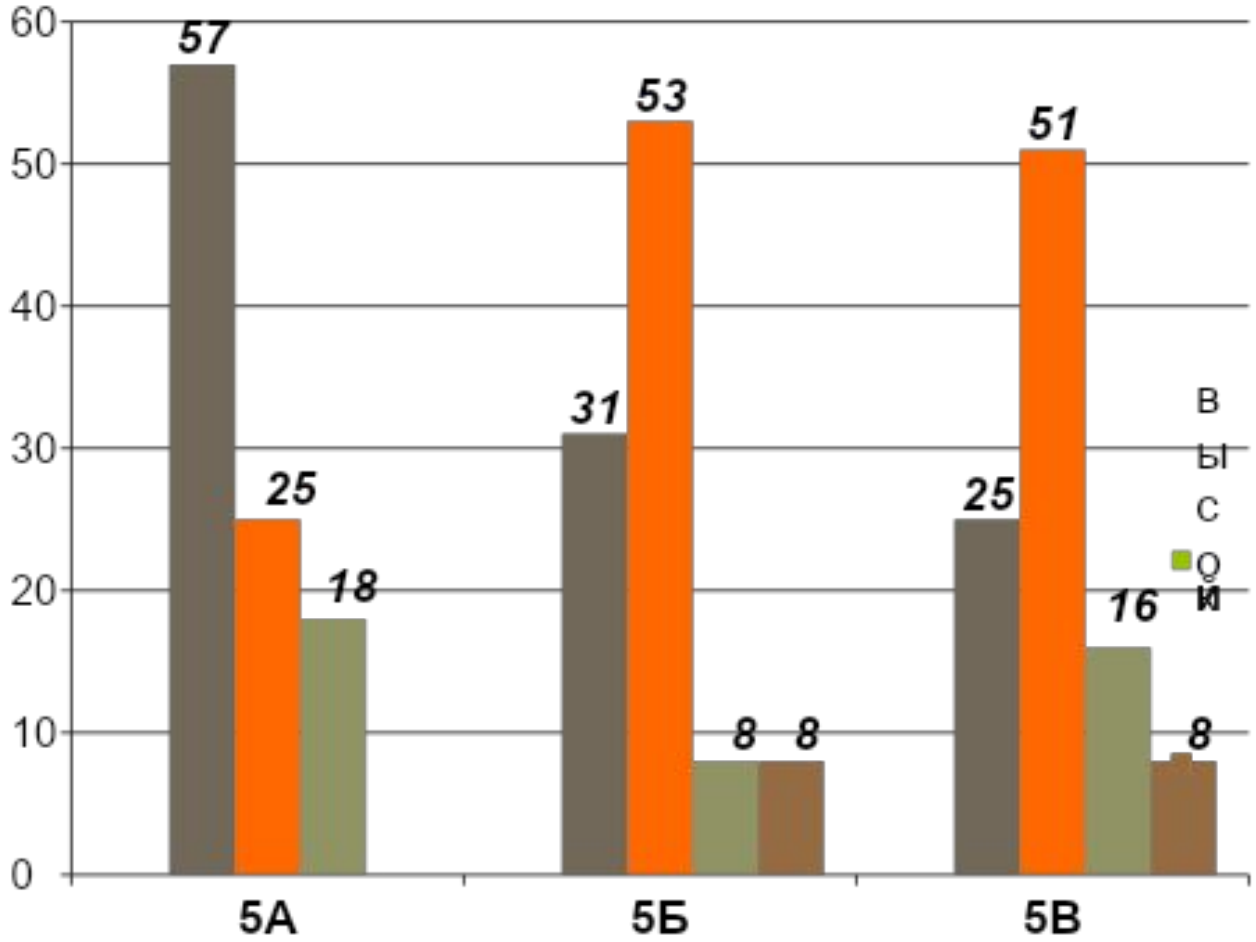


Исследование уровня школьной мотивации 5-классников

<u>Методика исследования</u>: анкета Н.Лускановой (10 вопросов с [illegible]тами ответов)



Исследование уровня школьной мотивации (%) 5-классников



В 5В классе было проведено совместно с классным руководителем 2 классных часа

Среди поставленных задач :

- выявить лидеров в классе
- укреплять сплоченность коллектива
- развивать коммуникативные навыки
- формировать адекватную самооценку учащихся
- понижать уровень тревожности