Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 91»  
(МОАУ «СОШ № 91»)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ПРИНЯТО**  решением методического объединения  учителей гуманитарного цикла  протокол 16.07.2024 № 1 |  | **СОГЛАСОВАНО**  Заместитель директора по УВР  И.Е. Любакина 17.07.2024 |

**Рабочая программа учебного курса**

**«Самореализация»**

Уровень среднего общего образования   
Срок освоения программы:

1 год (10 класс)

Составитель: Яшникова О.Г.

учитель ОДНКНР

2024

**I.Содержание обучения**

Три типа людей. Тип первый – «инфузории». Тип второй – психология льготника.

Тип третий- люди «Ц». Целевое мышление. Список требований. Обоснование. Срок.

Почему люди не ставят целей? Причины, по которым люди не ставят перед собой цели.

Классификация целей. Адекватные, неадекватные. Навязанные. Свои собственные цели.

Близлежащие и далекоидущие. Личные, социальные, связанные с самосовершенствованием. Созидательные и разрушительные. Относительные и абсолютные. Формальные цели.

Критерии истинной цели. Мечта. Способности. Ресурсы.

Секреты гениев. Талант. Критерии эффективности. Ресурсы.

Вопросы о смысле жизни. Мозговой штурм. Предназначение.

Что такое потенциал? Прозябание или ничегонеделание. Разновидность потенциала.

Самовыражение. Методы самовыражения.

Страхи. Чего боятся люди? Надуманные страхи. Способы преодоления страха.

Система ценностей. Что является ценностями для вас? Рейтинг ценностей. Анализ рейтинга.

Как повысить уровень мастерства. Составление индивидуального плана. Умение мыслить конкретно.

Лидер ли я? Кто такой лидер? Чем отличается лидер от не лидера? Предвидение, вера, высокая самооценка.

Самооценка. Низкая самооценка. Завышенная самооценка.

**II.Планируемые результаты**

Личностные результаты обучения

* формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
* освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
* формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

Метапредметные результаты обучения

* умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
* умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
* умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
* владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
* умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
* умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

Предметные результаты обучения

* сформированность представления о самоопределении и самореализации в жизни;
* понимание необходимости постановки генеральной цели в жизни.
* умение анализировать свои жизненные цели, соотносить со своими умениями и навыками
* освоение способов и приемов управления собой для успешного самоутверждения и самореализации в социуме.
* удовлетворение индивидуальных запросов, обучающихся в самопознании и самореализации;
* развитие личности обучающихся, их познавательных интересов, интеллектуальной и ценностно-смысловой сфер.

**III.Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем программы** | **Количество часов** | | | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы** |
| **Всего** | **Контрольные работы** | **Практические работы** |
| 1 | Три типа людей | 2 |  |  | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f4148d0> |
| 2 | Целевое мышление | 2 |  |  | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f4148d0> |
| 3 | Почему люди не ставят целей? | 2 |  |  | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f4148d0> |
| 4 | Классификация целей | 3 |  |  | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f4148d0> |
| 5 | Критерии истинной цели | 2 |  |  | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f4148d0> |
| 6 | Секреты гениев | 3 |  |  | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f4148d0> |
| 7 | Вопросы о смысле жизни | 3 |  |  | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f4148d0> |
| 8 | Что такое потенциал? | 3 |  |  | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f4148d0> |
| 9 | Самовыражение | 2 |  |  | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f4148d0> |
| 10 | Страхи | 2 |  |  | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f4148d0> |
| 11 | Система ценностей | 2 |  |  | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f4148d0> |
| 12 | Как повысить уровень мастерства | 2 |  |  | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f4148d0> |
| 13 | Лидер ли я? | 2 |  |  | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f4148d0> |
| 14 | Самооценка | 3 |  |  | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f4148d0> |
| 15 | Защита проектов | 1 |  |  | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f4148d0> |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО | | 34 |  |  |  |