

Приложение  
к основной общеобразовательной программе –  
основной образовательной программе  
основного общего образования

**Рабочая программа  
по учебному курсу  
«Сделай себя сам»  
6 класс  
основного общего образования**

Составитель:  
Фатеева И.В.,  
I квалификационная категория

г.о. Красноуральск. 2016 г.

Программа составлена на базе авторских разработок Г.К. Селевко «Сделай себя сам». Год издания: 2009г. Издательство: Москва, «Народное образование»

Данная программа ориентирована на 35 часов в год, из расчета 1 учебный час в неделю.

### **Планируемые результаты изучаемого учебного предмета**

#### **Личностные результаты освоения учебного предмета:**

- формирование ответственного отношения к обучению;
- формирование познавательных интересов и мотивов к обучению;
- формирование осознанных навыков поведения в обществе;
- осознание ценности здорового и безопасного образа жизни;
- формирование основ конструктивного взаимодействия.

#### **Метапредметные результаты освоения учебного предмета:**

Учащиеся должны уметь:

- работать в соответствии с поставленной задачей;
- составлять простой и сложный план текста;
- участвовать в совместной деятельности;
- узнавать изучаемые объекты на таблицах, в жизни.

#### **Предметные результаты освоения учебного предмета:**

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- взаимосвязь общения и деятельности;
- способы отработки навыков внимательного отношения друг к другу;
- способы анализа собственных достоинств и недостатков;
- способы мотивации на работу с собственными недостатками;
- способы организации своего времени;
- техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения;
- этические принципы общения.

### **Содержание учебного курса**

Основные разделы курса.

1. Понятие о процессах воспитания и самовоспитания.

Внутренние мотивы самовоспитания: неудовлетворенность собой, стремление развивать свои индивидуальные данные, здоровое честолюбие.

2. Нравственное самовоспитание.

Основные понятия нравственности: добро, зло, справедливость, честь, достоинство, верность, долг, ответственность, милосердие, великодушие, стыд, совесть, счастье, свобода.

3. Программа самовоспитания.

Условия и средства самовоспитания. Планирование работы над собой. Личностные правила самовоспитания, самообязательство. Личный образ жизни.

#### 4. Организация самовоспитания.

Самоконтроль, самоотчет. Режим дня и его роль в организации самовоспитания.

Самоубеждение. Диалог с собой. Значение внутренней и внешней речи в процессе самовоспитания.

Самоактивизация: самонаказание, самостимуляция, самоодобрение.

Самообладание: самоприказ, самоуспокоение, самоприучение, самовнушение.

### Тематическое планирование учебного курса

№	Темы	Количество часов
1.	Сам себе воспитатель	1
2.	Снова смотримся в зеркало	1
3.	Какой из меня воспитатель	1
4.	Создание своего имиджа	1
5.	Человек и изобразительное искусство	1
6.	Человек и музыка	1
7.	Человек и поэтическое слово	1
8.	Как стать интересным	1
9.	Как стать обаятельной девушкой	1
10.	Как стать обаятельным юношей	1
11.	И, наконец, о любви	1
12.	Ваше здоровье в ваших руках	1
13.	Следи за здоровьем и физическим развитием	1
14.	Ваши герои	1
15.	Ребенок, взрослый и родитель в вашем «Я»	1
16.	Поведение: от самооценки к поступку	1
17.	Вырабатывайте характер	1
18.	Человек и обстоятельства	1
19.	Поверьте в себя	1
20.	Воспитание воли	1
21.	Жизнеутверждающий мажор	1
22.	Учитесь дружить	1
23.	Учитесь любить труд	1
24.	«Я» и «Мы». Ваше поручение	1
25.	Ваш дневник-хроника	1
26.	Тематический дневник	1
27.	Вы - деловой человек	1
28.	Природа и вы	1
29.	Ваш досуг	1
30.	Скажите себе: нет! (Отказ от вредных привычек)	1
31.	Мои сильные и слабые стороны	1

32.	Как работать над собой	1
33.	Перемены к лучшему	1
34.	Три кита успеха: доброжелательность, мудрость и смелость	1
35.	Десять шагов уверенности в себе	1
	Итого:	35 часов