

**«Рассмотрено»**  
на заседании  
протокол методического совета  
Протокол №1  
от « 1 » сентября 2023 г.

**«Утверждаю»**  
Директор МОУ Школы № 22  
г. Черемхово  
\_\_\_\_\_  
Н.Ю. Биснек  
Приказ №318 от « 1 » сентября 2023 г.

**Дополнительная общеразвивающая  
программа  
«Я-кадет»  
(гражданско-патриотическое направление)**

**Возраст детей:** 14-15 лет (8 класс)

**Срок реализации:** 1 год

**Разработчик программы:**  
Харбина Елена Николаевна

## 1. Пояснительная записка

Кто я? Знаю ли я себя и что я знаю о своих друзьях, родителях? Всегда ли я понимаю их, а они меня? Как научиться понимать себя и других людей? Что я хочу от жизни и чего хотят от меня люди? Эти и другие вопросы возникают у подростков, и они ищут на них ответы разными способами.

И от того, какие это будут способы . решения , зависит будущее наших взрослеющих детей. Проблему «Каким быть современному человеку?» поставили как актуальную процессы и явления, происходящие в обществе: политико-экономические и социальные преобразования, демократизация управления и отношения между людьми, национальное самоопределение и гласность, плюрализм мнений и возможность альтернативных решений, обращение к истории страны , некоторые негативные проявления. Все эти процессы и явления , факты окружающей жизни ставит перед современной школой, перед учителем и классным руководителем множество проблем, вопросов, требующих разрешения: как воспитывать детей сегодня? Какую цель преследовать? Как лучше ответить на интересующие их вопросы? Кто поможет педагогу достичь желаемого? Какие методы и приёмы воздействия на учащихся сегодня могут стать надёжными? А какие - пойдут во вред?

Одно из средств решения проблем обращение к личности самого учащегося, к его жизненным силам и потенциальным возможностям призваны решить занятия кружка «Я - кадет». Программа кружка « Я - кадет» разработана для внеклассной работы учащихся восьмого класса. Объем - 34 часа в год, 1 раз в неделю. Программа составлена на основе курса « Человековедение» Маленковой М.И. и личного опыта.

## 2. Основная цель программы:

Посредством искусства, своих знаний, личностного опыта постичь прекрасное, познать и принять себя через своё взаимодействие с окружающим миром и жить по законам Красоты, сохранить нравственное здоровье ребёнка.

### Задачи:

1. Принятие себя как ценности, появление и укрепление веры в себя, в свои силы, ощущения своей уникальности и неповторимости
2. Развитие мужественности у мальчиков, женственности у девочек.
3. Развитие чувства красоты, чувства прекрасного и умения строить свою жизнь по законам красоты.
4. Воспитание нравственных качеств личности

Методы и приёмы :

- «Конверт откровений»
- « Экспресс -опрос»
- « Письмо самому себе»
- Сократовские беседы
- День гения
- Разговор при свечах.
- Разброс мнений
- Игра
- Беседа
- Семинар
- Суд над равнодушием
- Арбузик
- Сюрпризы дружбы
- Круглый стол
- Публичные лекции

-Философский стол  
-«Открытый микрофон»

### **Ожидаемые результаты:**

в результате прохождения программы внеурочной деятельности предполагается достичь следующих результатов: создаются необходимые условия для участия обучающихся в нравственно ориентированной социально значимой деятельности

### **3.Требования к уровню подготовки учащихся.**

К концу обучения в восьмом классе учащиеся должны знать:

- Что человек есть природное и социальное существо, наделённое от природы стремлением к красоте;
- какой путь должен и может пройти человек , чтобы стать человеком прекрасным,
- Что такое мужественность и женственность, качества, лежащие в основе взаимоотношений женщины и мужчины, мужское и женское достоинство личности..

К концу обучения в восьмом классе учащиеся должны уметь:

- Отличать явления, предметы и произведения материальной культуры от культуры духовной, материальной жизни человека от духовной,
- пользоваться справочной и специальной литературой по психологии,
- принимать себя и мир другого как расширяющегося и растущего человека,

#### **Иметь представления :**

- о человеке как существе разумном, творческом и прекрасном;
- о пути движения человека к красоте через совершенство и гармонию в каждом его шаге , поступке и действии;
- о роли в человеческой жизни гармонии истины , доброты и красоты;
- о саморазвитии.самовоспитании,самосовершенствовании и саморефлексии как необходимых средствах и способах движения человека к полной самореализации и счастливой жизни;
- о пределе и глубине своего «Я». о своём жизненном пути.

### **4.Содержание программы**

#### **Тема 1.Что такое красота?**

Что такое красота? Когда человек стремиться к красоте? Какое значение имеет красота в нашей жизни? Что есть красота и почему её обожествляют люди?

#### **Тема 2.Человек и красота**

Идеалы красоты в разные эпохи. Эталоны красоты.

Игра «Улыбка»

#### **Тема 3. Красота и гармония**

Что такое красивый человек? Гармония в жизни человека. Какие качества надо развивать, чтобы быть красивым человеком, гармоничным во всём.

#### **Тема 4. Красота, которая нас окружает**

Занятие«День красоты».Красота в природе,и человеческих отношениях, быту, одежде,интерьере, красота вокруг

#### **Тема 5. Человек -это звучит гордо**

Занятие -диалог

Даётся научное понятие, определение «Человек». Использовать произведения о человек,дневники, письма великих людей.

#### **Тема 6 Знаете ли вы свою внешность?**

Как оценить сколько вам лет?

Тест « Кто я на самом деле?»

#### **Тема 7.Знаете ли вы себя?**

Игра « На какого зверя я похож?»

Кого мы видим когда смотрим в зеркало? Как управлять впечатлениями о себе? Разные стратегии самопредъявления.

#### **Тема 8: Справка о половых различиях**

Какое у нас телосложение. Три типа телосложения

#### **Тема 9. Если ты -мальчик, если ты -девочка**

Раскрытие особенностей физиологии у девочек -девушек. У мальчиков -юношей. Мужской и женский типы телосложения.

Игра « Конверт откровений»

Анкета для самого себя

Игра «В ближайшем будущем»

#### **Тема 10. Что происходит с человеком в отрочестве?**

Рассказ учителя о психолого - педагогических особенностях отрочества: о специфике физического, психологического и социального развития, о трудностях и противоречиях отрочества.

Игра «Экспресс -опрос»

#### **Тема 11. Образ собственного тела**

Формирование нового , осмысленного взгляда учащихся на части своего тела, их назначение. Осознание своей национальности.

#### **Тема 12. Как нравиться себе?**

Завоевание симпатий, демонстрация мощной энергии, силы. Независимая позиция самоуважения

Игра «Зеркало»

#### **Тема 13. Как управлять впечатлениями о себе?**

Как организовано наше восприятие других людей. Человек - тест и его противоречия. Упражнение на развитие наблюдательности, ориентировки в незнакомой ситуации и установление контакта с незнакомыми людьми

#### **Тема 14. Что такое мужественность?**

Занятие «Круглый стол с острыми углами»

Мальчик -юноша -мужчина:черты мужского характера, мужественный мужчина

#### **Тема15.Мужчина и красота**

Какой мужчина красивый? Нужна ли красота мужчине? Что значит красивый мужчина?

#### **Тема 16 .Каким должен быть настоящий мужчина?**

Урок в форме диспута. Выработать черты настоящего мужчины. Мысли великих людей и учащихся. Произведения искусства

#### **Тема 17. Что такое женственность?**

Девочка -девушка -женщина, черты женственности,женщина голова или шея?Экспресс - опрос: « В какую девочку вы хотели бы влюбиться?»

Игра « Мне нравится девочка»

Тест для девочек « Твоя самооценка. Какая она?»

#### **Тема 18. Женщина и красота**

Гармония - красота -женщина. Что значит красивая женщина? Курящая девушка,женщина.Эталоны женской красоты в разные эпохи искусства.

#### **Тема 19. Что значит настоящая женщина?**

Леди, госпожа, мадам. Мысли великих людей, письма. Дневники, произведения искусства.

Тест для девочек « Кто ты - скромница. Умница или задавалка?»

#### **Тема 20. Ум.сила и красота**

Сократовская беседа по проблеме:

Кто должен быть умным?

Кто должен быть сильным?

Ум и красота

#### **Тема 21. О потребностях**

Что такое потребность? Виды потребностей

**Тема 22. Что человек хочет?**

Игра « Мои десять любимых занятий»

Тест « Ваш характер»

**Тема 23. Что человек может?**

Что такое способности? Виды способностей

**Тема 24. Талант и гениальность**

Чем отличается талантливый человек от гениального?

Как развит талант?

Как обнаружить гениальность?

**Тема 25. Что человек есть на самом деле?**

Виды темперамента

Тест « Командовать или подчиняться?»

**Тема 26. Мир моих чувств**

Как принято выражать чувства в нашей культуре?

Как изменить свои чувства?

Технология совершенствования самого себя

**Тема 27. Сколько меня во мне?**

Упражнения по познанию своего «Я»

Упражнения , помогающие вам изучать свою судьбу.

Рат -практикум

**Тема 28. Кем «Я» бываю?**

Самодельный детектор лжи. Упражнение по осознанию своей жизненной стратегии.  
Человек -мыслитель и художник.

**Тема 29. Маленькие секреты большой памяти.**

Понятие памяти. Виды памяти, закономерности развития памяти. Рекомендации по запоминанию и развитию всех видов памяти.

**Тема 30. Внимание и внимательность.**

Тренинг на внимание (приёмы развития памяти)

**Тема 31. Человек и его воля**

Понятие «воля», как способность человека к самореализации им своей деятельности и собственных психических процессов. Упражнения на развития волевых качеств.

**Тема 32. Я -человек, но какой?**

**Тема 33. Я -человек, на какая?**

**Тема 34. Я -юноша, но какой ?**

Написание самохарактеристики.

Этические игры «Мне обо мне»

Игра « Волшебный стул»

Тест « Узнай себя»

## 5. Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
1	Что такое красота?	1
2	Человек и красота	1
3	Красота и гармония	1
4	Красота, которая нас окружает	1
5	Человек - это звучит гордо	1
6	Знаете ли вы свою внешность?	1
7	Знаете ли вы себя?	1
8	Справка о половых различиях	1
9	Если ты- мальчик, если ты -девочка	1
10	Что происходит с человеком в отрочестве	1
11	Образ собственного тела	1
12	Как нравиться себе?	1
13	Как управлять впечатлением о себе?	1
14	Что такое мужественность?	1
15	Мужчина и красота	1
16	Каким должен быть настоящий мужчина?	1
17	Что такое женственность?	1
18	Женщина и красота	1
19	Что значит «настоящая» женщина?	1
20	Ум, сила и красота	1
21	О потребностях	1
22	Что человек хочет?	1
23	Что человек может? О способностях	1
24	Талант и гениальность	1
25	Что человек есть на самом деле?	1
26	Мир наших чувств	1
27	Сколько меня во мне?	1
28	Кем «Я»бываю?	1
29	Маленькие секреты большой памяти	1
30	Внимание и внимательность	1

31	Человек и его воля	1
32	Я - человек, но какой?	1
33	Я -девушка, но какая?	1
34	Я -юноша, но какой?	1
Итого		34

#### **6. Учебно-методическое обеспечение**

1. Берн Э..Игры, в которые играют люди.-М,1999.
2. Дивиенко О.В.Эстетика.-М.Изд.центр,2001
3. Маленкова Л.И. Человековедение.-М.2004
4. Мудрин А.В.Учитель :мастерство и вдохновение.-М.2004
5. Музыка. Программа 1-4,5-8 классы,М,2003