

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Познай себя и других (развитие эмоционального интеллекта)»**

10-11 класс

Срок реализации – 2 года (70 часов)

Направления развития личности: духовно-нравственное, общеинтеллектуальное и общекультурное.

Форма реализации курса – психологический клуб.

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

1.1. Личностные планируемые результаты

| № п/п | Критерии сформированности | Личностные результаты обучающихся 10 и 11 классов | |
|-------|---|--|--|
| | | 10 класс | 11 класс |
| 1 | Самоопределение (личностное, жизненное, профессиональное) | <p><i>1.1. Сформированность самоуважения и «здоровой» «Я-концепции»</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знание содержания понятий «самоуважение» и «Я-концепция» <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – сформированная мотивация к проявлению самоуважения, познанию самого себя <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – демонстрация признаков самоуважения и положительной «Я-концепции» | <p><i>1.1. Обладание чувством собственного достоинства</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знание содержание понятия «собственное достоинство» <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – устойчивая потребность в проявлении собственного достоинства во взаимодействии с окружающими людьми <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – совершение поступков с самоощущением человека, высоко оценивающего свои социальные права и свою социальную ценность |
| | | <p><i>1.2. Устойчивая установка на принятие гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – сформированность знаний о гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – устойчивая мотивация на приобщение к гуманистическим, демократическим и традиционным ценностям многонационального российского общества <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – демонстрация принятия гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества | <p><i>1.2. Принятие традиционных национальных и общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – сформированность системных знаний о традиционных национальных и общечеловеческих гуманистических и демократических ценностях <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – наличие устойчивой мотивации на приобщение к традиционным национальным и общечеловеческим гуманистическим и демократическим ценностям <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – демонстрация принятия традиционных национальных и общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей; – осознанное следование ценностным установкам многонационального российского общества |
| | | <p><i>1.3. Проектирование собственных жизненных планов в отношении к дальнейшей профессиональной деятельности с учетом собственных возможностей, и особенностей рынка труда и потребностей региона</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> | <p><i>1.3. Сформированность осознанного выбора будущей профессии, в том числе с учетом потребностей региона, и возможности реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, обществен-</i></p> |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> – сформированность представлений об особенностях рынка труда и потребностях региона; – знание своих профессиональных предпочтений и собственных возможностей в отношении дальнейшей профессиональной деятельности <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – наличие устойчивого интереса к проектированию собственных жизненных планов в отношении к дальнейшей профессиональной деятельности с учетом собственных возможностей, и особенностей рынка труда и потребностей региона <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – проектирование собственных жизненных планов в отношении к дальнейшей профессиональной деятельности с учетом собственных возможностей, и особенностей рынка труда и потребностей региона; – участие в социальных (профессиональных) пробах | <p><i>ных, государственных, общенациональных проблем</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – сформированность системных знаний об особенностях рынка труда и потребностях региона; – знание своих профессиональных предпочтений и собственных возможностей в отношении дальнейшей профессиональной деятельности; – владение стратегиями осуществления осознанного выбора будущей профессии для реализации собственных жизненных планов <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – наличие сформированной мотивации к проектированию собственных жизненных планов в отношении к дальнейшей профессиональной деятельности с учетом собственных возможностей, и особенностей рынка труда и потребностей региона; – потребность решать в будущей профессиональной деятельности личные, общественные, государственные, общенациональные проблемы <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществление осознанного выбора будущей профессии для реализации собственных жизненных планов с учетом собственных возможностей, и особенностей рынка труда и потребностей региона; – участие в социально значимой деятельности |
| | | <p><i>1.4. Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знания основных принципов жизни общества; – наличие образных представлений о мире и месте в нём человека; – знание основ межкультурной коммуникации <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – стремление в проявлении собственных взглядов, жизненных позиций, убеждений, идеалов <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – демонстрация взглядов, жизненных позиций, убеждений, идеалов, ценностных ориентаций в повседневной жизни; – применение в повседневной | <p><i>1.4. Сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – системные знания основных принципов всех сфер жизни общества; – наличие сформированных образных представлений о мире и месте в нём человека; – осознание собственного места в поликультурном мире; – знание основ межкультурной коммуникации <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – устойчивая потребность в проявлении собственных взглядов, жизненных позиций, убеждений, идеалов |

| | | | |
|---|-------------------|--|---|
| | | <p>жизни умения вести диалог, обосновывать свою точку зрения по различным проблемам современной науки и общественной практики</p> | <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – системная демонстрация взглядов, жизненных позиций, убеждений, идеалов, ценностных ориентаций в повседневной жизни; – применение в повседневной жизни умения вести диалог, обосновывать свою точку зрения по различным проблемам современной науки и общественной практики |
| 2 | Смыслообразование | <p><i>2.1. Сформированность устойчивых ориентиров на саморазвитие и самовоспитание в соответствии с общечеловеческими жизненными ценностями и идеалами</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знание приёмов работы над собой; – владение целеполаганием <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – желание работать над своими личностными качествами, расти в личностном плане <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществление занятий по саморазвитию и самовоспитанию; – демонстрация умений рефлексии в процессе личностного роста | <p><i>2.1. Сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знание способов саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; – владение навыками развития силы воли и самоконтроля <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – сформированная направленность на комплексное развитие своих положительных качеств в разных сферах – физической, интеллектуальной, творческой, эмоциональной, духовной <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – демонстрация постоянной добровольной работы над собой; – проявление сформированных умений противостоять слабостям, лени, привычкам, инстинктам; – сформированность умений осуществлять рефлекссию в процессе саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества |
| | | <p><i>2.2. Сформированность самостоятельности в учебной, проектной и других видах деятельности</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – понимание важности самостоятельных и ответственных решений; – знание творческих подходов <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – интерес к нестандартным решениям в разных видах деятельности; – ориентированность на ответственный подход в решении учебных и внеучебных задач <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – проявление самостоятельности и ответственности в учебной, проектной и других видах деятельности; – творческий подход к реше- | <p><i>2.2. Готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – понимание значимости самостоятельных и ответственных решений; – знание многообразия проявлений творческих подходов <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – интерес к нестандартным и продуктивным решениям в разных видах деятельности; – установка на ответственный подход в решении учебных и внеучебных задач <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – проявление самостоятельности и ответственности в учебной и внеучебной деятельности; – креативный подход в раз- |

| | нию стандартных ситуаций | личных видах деятельности |
|--|--|--|
| | <p>2.3. <i>Сформированность умений сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знание различных приёмов вербальной и невербальной коммуникации; – знание факторов, приводящих к конфликтным ситуациям <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – стремление к взаимовыгодному взаимодействию с референтными лицами; – потребность в овладении различным приемами убеждения и противостояния деструктивным коммуникативным влияниям <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – умение избегать в общении лиц, демонстрирующих аморальные ценности; – умение продуктивно взаимодействовать со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности | <p>2.3. <i>Сформированность навыков сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знание эффективных приёмов коммуникации с учетом возрастных особенностей лиц; – знание приемов бесконфликтного общения в совместной деятельности с различными участниками образовательных отношений <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – стремление к продуктивному сотрудничеству со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности; – потребность налаживать новые продуктивные коммуникации <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – умение противостоять давлению и манипуляциям со стороны различных лиц; – умение высказывать свою позицию, аргументировать свои убеждения, считаться с мнением сверстников, детей младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности |
| | <p>2.4. <i>Способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знание основ конструктивных коммуникаций с лицами разных национальностей; – знание механизмов сотрудничества <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – готовность вести диалог с другими людьми; – стремление к достижению взаимопонимания с различными категориями лиц <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – умение находить общие интересы и сотрудничать с людьми на основе общности взглядов; – способность вести диалог и нести ответственность за результаты своей коммуникации | <p>2.4. <i>Сформированность толерантного сознания и поведения в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знание основ поведения в поликультурном мире; – знание механизмов взаимовыгодного сотрудничества <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – готовность вести конструктивный диалог с другими людьми; – стремление к достижению взаимопонимания с различными возрастными категориями лиц <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – умение находить общие цели и сотрудничать с людьми для их достижения; – способность выстраивать толерантное поведение в поликультурном мире |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | <p>2.5. <i>Сформированность представлений о негативных последствиях экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам для личности и общества</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – понимание угрозы проявления экстремизма, национализма, ксенофобии как для себя, так и для общества; – осознание последствий нетерпимости по отношению к лицам по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – стремление опровергнуть стереотипы по отношению к лицам с различными национальностями; – неприятие негативных убеждений по отношению к лицам с различными религиозными убеждениями <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – умение не поддаваться идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии; – выступление против насилия по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям | <p>турном пространстве</p> <p>2.5. <i>Сформированность способности противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – понимание вариантов проявления экстремизма, национализма, ксенофобии; – осознание последствий дискриминации лиц по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – стремление опровергнуть негативные идеологии по отношению к лицам с различными национальностями; – устойчивость по отношению давления негативных убеждений по отношению к лицам с различными религиозными убеждениями <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – умение противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии; – выступление против насилия по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям |
| | | <p>2.6. <i>Наличие потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – понимание важности здорового образа жизни для своего будущего; – знание основных факторов, составляющих здоровый образ жизни <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ориентация на здоровый образ жизни; – установка на отрицание при склонении к употреблению вредных веществ <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – умение противостоять негативным воздействиям окружающей социальной среды; – занятия спортивно-оздоровительной деятельностью вне образовательной организации | <p>2.6. <i>Принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, наличие потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знание способов физического самосовершенствования; – понимание последствий употребления психоактивных веществ <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ориентация на ценности здорового и безопасного образа жизни; – установка на неприятие вредных привычек <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – направленность деятельности на поддержание здорового образа жизни (занятие спортом, правильное питание и т.д.); – пропаганда здорового образа жизни и профилактики вредных |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | <p>2.7. <i>Сформированность ответственного отношения к собственному физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, владение основами оказания первой помощи</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знание факторов, влияющих на физическое и психологическое здоровье; – понимание основ оказания первой помощи пострадавшим <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – мотивация к сохранению собственнo психофизического здоровья; – ответственное отношение к самочувствию других людей <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – бережное отношение к физическому и психологическому здоровью других людей; – деятельность, направленная на сохранение собственнo психологического и физического здоровья; – сформированность отдельных навыков оказания первой помощи | <p>привычек в референтной группе</p> <p>2.7. <i>Сформированность бережного, ответственного и компетентного отношения к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знание способов сохранения физического и психологического здоровья; – понимание принципов оказания первой помощи пострадавшим <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – стремление к сохранению собственнo психофизического здоровья; – заинтересованность в комфортном самочувствии других людей <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому здоровью своему и здоровью других людей; – деятельность, направленная на сохранение психологического здоровья, как собственнo, так и других; – умение оказывать первую помощь |
| | | <p>2.8. <i>Способность к самообразованию и организации самообразовательной деятельности для достижения образовательных результатов</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знание способов осуществления образования и самообразования; – понимание значимости образования для построения жизненной и личностной перспективы <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – потребность в личностном развитии; – интерес к познанию своих способностей и возможностей для саморазвития <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – использование различных форм самообразования (чтение книг, информационных порталов в сети Интернет); – активность в урочной деятельности, направленность на достижение образовательных результатов | <p>2.8. <i>Готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знание различных способов, форм и вариантов самообразования; – понимание аспектов, по которым необходимо выстроить самообразование <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – стремление к самообразованию в течение всей жизни; – интерес к саморазвитию в различных аспектах <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – применение различных форм самообразования (чтение книг, информационных порталов в сети интернет, посещение семинаров, тренингов, участие в конференциях и пр.); – проявление познавательной активности на уроках, направленность на достижение хороших и высоких образовательных результатов |
| | | <p>2.9. <i>Понимание необходимости непрерывного образования в изменяющемся мире, в том числе в сфере профессиональной деятельности</i></p> | <p>2.9. <i>Сформированность сознательного отношения к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и обществен-</i></p> |

| | | | |
|---|--|--|--|
| | | <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знание способов повышения своей осведомленности в аспекте выбранной профессии (посещение курсов подготовки, изучение дополнительной литературы); – понимание значимости образования для построения профессиональной перспективы <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – направленность на подготовку к получению профессионального образования; – интерес к саморазвитию в аспекте выбранной профессии <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – старательное отношение к учебной деятельности в аспекте выбранной профессиональной сферы; – повышение своей осведомленности по выбранному направлению профессионального развития в теоретических и практических формах | <p><i>ной деятельности</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знание эффективных способов развития своих способностей для реализации в будущей профессии; – понимание значимости выбранной профессии для общественной жизни <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – направленность на получение профессионального образования; – интерес к практическим профессиональным пробам в аспекте выбранной профессии <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – деятельность по расширению своей осведомленности в аспекте выбранной профессиональной сфере; – изучение литературы по выбранному направлению в профессиональной деятельности, сайтов, научно-популярных фильмов, научных телеканалов, посещение курсов подготовки к поступлению в профессиональное учебное заведение и т. п. |
| 3 | <p>Нравственно-этическая ориентация</p> | <p><i>3.1. Освоение и принятие общечеловеческих моральных норм и ценностей</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – наличие знаний об основных общечеловеческих моральных нормах (добро, зло, любовь, справедливость, долг, ответственность, совесть, стыд и т. д.); – наличие знаний о базовых национальных ценностях (патриотизм, социальная солидарность, гражданственность, искусство и литература, природа, человечество, труд, творчество и т. д.) <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – интериоризация моральных норм и ценностей с учетом имеющегося жизненного опыта, личностных установок, положительных нравственных образцов; – наличие внутреннего побуждения к нравственному поступку <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – умение охарактеризовать с опорой на основные моральные нормы и ценности поступки литературных персонажей, исторических личностей, ученых; – демонстрация нравственного поведения в школьном коллективе, семье и обществе | <p><i>3.1. Сформированность нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – наличие знаний об основных общечеловеческих моральных нормах и общечеловеческих ценностях их значении в жизни отдельной личности и общества <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществление любой деятельности только с ориентацией на моральные нормы и общечеловеческие ценности при устойчивом внутреннем побуждении к нравственному поступку <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – демонстрация нравственного поведения в школьном коллективе, семье и обществе, осуждение и неприятие деструктивного и безнравственного поведения |

| | | |
|--|---|--|
| | <p><i>3.2. Принятие ценностей семейной жизни</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знание основ этики и психологии семейной жизни; – знание основных положений Семейного кодекса Российской Федерации <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – наличие обоснованных мотивов и желаний к созданию собственной семьи в перспективе <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – почитание и уважение членов собственной семьи | <p><i>3.2. Сформированность ответственного отношения к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – знание основ семейной жизни, в том числе правовых <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – наличие обоснованных мотивов к созданию собственной гармоничной и благополучной семьи в перспективе <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осознание адекватной модели семейной жизни и воспитания детей |
| | <p><i>3.2. Сформированность эстетического отношения к продуктам, как собственной, так и других людей, учебно-исследовательской, проектной и иных видов деятельности</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – наличие элементарных знаний об эстетике, основных формах представления результатов учебно-исследовательской, проектной и иных видов деятельности <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – наличие эстетической мотивации как проявления потребности в уважении и признании <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – стремление к эстетике в представлении продуктов собственной учебно-исследовательской, проектной и иных видов деятельности | <p><i>3.2. Сформированность эстетического отношения к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений</i></p> <p>Знаниевый компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – наличие знаний об основных эстетических категориях: категории эстетической деятельности, категории общественной жизни, категории искусства <p>Мотивационный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – наличие устойчивой эстетической мотивации, направленной на удовлетворение высших потребностей в уважении, признании и самореализации <p>Деятельностный компонент:</p> <ul style="list-style-type: none"> – проявление сформированного эстетического вкуса в быту, научном и техническом творчестве, спорте, общественных отношениях |

1.2. Метапредметные планируемые результаты

| Универсальные учебные действия | Метапредметные планируемые результаты | Типовые задачи развития УУД (программа развития УУД) |
|--|--|---|
| Регулятивные универсальные учебные действия | | |
| <i>P₁</i> Целеполагание | <i>P_{1.2}</i> Ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях | Коучинговые технологии (техники целеполагания) |
| <i>P₂</i> Планирование | <i>P_{2.1}</i> Выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты <i>P_{2.2}</i> Самостоятельно составлять планы деятельности <i>P_{2.3}</i> Использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности <i>P_{2.4}</i> Выбирать успешные стратегии в различных ситуациях | Коучинговые технологии (техники планирования) |
| <i>P₃</i> Прогнозирование | <i>P_{3.1}</i> Оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели <i>P_{3.3}</i> Оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жиз- | Коучинговые технологии (техники оценки эффективности деятельности, приемы тайм-менеджмента) |

| Универсальные учебные действия | Метапредметные планируемые результаты | Типовые задачи развития УУД (программа развития УУД) |
|---|--|---|
| | ни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали | |
| <i>P₆</i> Познавательная рефлексия | <i>P_{6.1}</i> Владеть навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения | Упражнения на развитие рефлексии |
| <i>P₇</i> Принятие решений | <i>P_{7.1}</i> Самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей | Коучинговые технологии (техники принятия решений) |
| Коммуникативные универсальные учебные действия | | |
| <i>K₁₂</i> Сотрудничество | <p><i>K_{12.1}</i> Осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий</p> <p><i>K_{12.2}</i> Учитывать позиции других участников деятельности</p> <p><i>K_{12.3}</i> Находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого</p> <p><i>K_{12.4}</i> Спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития</p> <p><i>K_{12.5}</i> При осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.)</p> <p><i>K_{12.6}</i> Координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия</p> <p><i>K_{12.7}</i> Распознавать конфликтные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений</p> <p><i>K_{12.8}</i> Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности</p> | Игры (когнитивные, ролевые, деловые) Проблемно-ценностное общение Дискуссии |
| <i>K₁₃</i> Коммуникация | <i>K_{13.1}</i> Развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств | Игры (когнитивные, ролевые, деловые) Проблемно-ценностное общение Дискуссии |

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и основных видов деятельности

10 класс (35 часа)

Модуль 1. «Развитие уверенности в себе»

Формы внеурочной деятельности: беседа, дискуссия, когнитивные и ролевые игры, игры на групповое взаимодействие.

Виды внеурочной деятельности: познавательная, игровая, диагностическая.

Содержание внеурочной деятельности: осознание своего «Я»: «Я» реальное, «Я» идеальное. Диагностика уровня развития самосознания. Выполнение упражнений на развитие рефлексии. Диагностика уверенности в себе. Обсуждение источников уверенности в себе. Выявление путей развития уверенности в себе. Освоение упражнений на развитие уверенности в себе. Анализ взаимосвязи уверенности и уважения к другим людям. Формирование представлений об имидже, выделение элементов имиджа, формирование собственного имиджа.

Модуль 2. «Развитие эмоциональной сферы»

Формы внеурочной деятельности: коммуникативные игры, игры на групповое взаимодействие, упражнения на развитие рефлексии, групповая дискуссия.

Виды внеурочной деятельности: познавательная, проблемно-ценностное общение, игровая.

Содержание внеурочной деятельности: формирование представления об эмоциях и чувствах. Анализ положительных и отрицательных эмоций. Работа с негативными переживаниями. Понятие об агрессии, ее причинах, проявлениях. Диагностика агрессии. Освоение способов конструктивного реагирования на агрессию. Анализ агрессии в отношениях между детьми и родителями: ее проявления, предупреждение. Развитие умений управлять эмоциями и чувствами. Анализ психологической природы страха. Проективная проработка и разрядка страхов и тревоги. Развитие представлений о высших чувствах. Анализ позитивных (любовь, дружба) и негативных (зависть, ревность) моральных чувства, их проявлений.

Модуль 3. «Психология отношений»

Формы внеурочной деятельности: когнитивная игра, групповая дискуссия, работа со словарями, игры на групповое взаимодействие, слушание и анализ сказки.

Виды внеурочной деятельности: познавательная, проблемно-ценностное общение, игровая.

Содержание внеурочной деятельности: групповое взаимодействие. Освоение приемов конструктивного взаимодействия. Развитие навыков сотрудничества. Формирование понятия «барьеры в общении», их диагностика и освоение приемов преодоления. Сравнительный анализ личного и делового общения. Изучение правила успешного делового общения. Диагностика стратегий поведения в конфликте. Освоения приемов конструктивного разрешения конфликтов. Оценка конфликта как возможности развития. Знакомство с манипуляциями в общении и освоение приемов противостояния манипуляциям.

11 класс (35 часов)

Модуль 1. «Самопознание»

Формы внеурочной деятельности: познавательные занятия, деловая игра, психологический тренинг.

Виды внеурочной деятельности: познавательная, проблемно-ценностное общение, игровая, диагностическая.

Содержание внеурочной деятельности: формирование представлений об осознанности и самосознании. Анализ путей развития самосознания. Самопрезентация, формирование умения самопрезентации, создания положительного имиджа. Анализ структуры самооценки. Формирование представлений о заниженной, завышенной и адекватной самооценке. Диагностика самооценки. Освоение приемов повышения самооценки. Формирование понятия «самопринятие». Освоение техник развития самопринятия. Формирование представления о самоуважении. Анализ путей повышения самоуважения. Освоение приемов повышения самоуважения.

Модуль 2. «Применение коучинговых технологий в самоорганизации»

Формы внеурочной деятельности: познавательные занятия, деловая игра, психологический тренинг.

Виды внеурочной деятельности: познавательная, проблемно-ценностное общение, игровая, диагностическая.

Содержание внеурочной деятельности: освоение техник целеполагания. Формирование представлений о самомотивации, освоение приемов самомотивации. Освоение коучинговых технологий планирования деятельности и оценки ее эффективности. Освоение техник принятия решения. Поиск решения нестандартных ситуаций. Освоение приемов тайм-менеджмента.

Модуль 3. «Саморегуляция эмоциональных состояний»

Формы внеурочной деятельности: познавательные занятия, деловая игра, психологический тренинг.

Виды внеурочной деятельности: познавательная, проблемно-ценностное общение, игровая, диагностическая.

Содержание внеурочной деятельности: формирование представления о психологическом здоровье, путях его сохранения. Освоение приемов саморегуляции эмоционального состояния. Знакомство с причинами стресса и освоение приемов его преодоления. Освоение техник преодоления разрушающих переживаний. Формирование представления об эмоциональном интеллекте. Освоение приемов развития эмоционального интеллекта.

3. Тематическое планирование

10 класс (35 часов)

| Наименование разделов и тем | Количество часов |
|--|------------------|
| Модуль 1. «Развитие уверенности в себе» | 11 |
| Осознание своего «Я» | 2 |
| Развитие рефлексии | 2 |
| Источники уверенности в себе | 2 |
| Пути развития уверенности в себе | 2 |
| Уверенность и уважение к другим людям | 2 |
| Имидж, элементы имиджа, его формирование | 1 |
| Модуль 2. «Развитие эмоциональной сферы» | 12 |
| Представление об эмоциях и чувствах | 2 |
| Положительные и отрицательные эмоции. Работа с негативными переживаниями | 2 |
| Агрессия. Конструктивное реагирование на агрессию | 2 |
| Умение управлять эмоциями и чувствами | 2 |
| Страхи и страшилки. Анализ психологической природы страха. Проективная проработка и разрядка страхов и тревоги | 2 |
| Высшие чувства. Позитивные (любовь, дружба) и негативные (зависть, ревность) моральные чувства | 2 |
| Модуль 3. «Психология отношений» | 12 |
| Групповое взаимодействие. Освоение приемов конструктивного взаимодействия | 2 |
| Развитие навыков сотрудничества | 2 |
| Барьеры в общении и их преодоление | 2 |
| Личное и деловое общение. Правила успешного делового общения | 2 |
| Готовность к разрешению конфликтов. Конфликт как возможность развития | 2 |
| Манипуляции в общении и противостояние манипуляциям | 2 |
| Итого | 35 |

11 класс (35 часов)

| Наименование разделов и тем | Количество часов |
|--|------------------|
| Модуль 1. «Самопознание» | 12 |
| Самосознание, пути его развития | 2 |
| Самопрезентация | 3 |
| Самооценка и пути ее повышения | 2 |
| Самопринятие, техники развития самопринятия | 3 |
| Самоуважение, пути его повышения | 2 |
| Модуль 2. «Применение коучинговых технологий в самоорганизации» | 12 |
| Техники целеполагания | 2 |
| Техники планирования деятельности и оценки ее эффективности | 3 |
| Приемы самомотивации деятельности | 2 |
| Техники принятия решения. Решение нестандартных ситуаций | 3 |
| Тайм-менеджмент | 2 |
| Модуль 3. «Саморегуляция эмоциональных состояний» | 12 |
| Психологическое здоровье, пути его сохранения | 2 |
| Приемы саморегуляции эмоционального состояния | 3 |
| Причины стресса и пути его преодоления | 2 |
| Преодоление разрушающих переживаний | 2 |
| Понятие «эмоционального интеллекта» и пути его развития | 3 |
| Итого | 35 |