

ТЕТРАДЬ УЧЕНИКА



САМОПОЗНАНИЕ

10

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН**

**НАЦИОНАЛЬНЫЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ,  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР  
«БӨБЕК»**

# **САМОПОЗНАНИЕ**

**ТЕТРАДЬ УЧЕНИКА**

**10 класс**

**АЛМАТЫ  
2019**

Автор программы нравственно-духовного образования «Самопознание»  
С.А.Назарбаева

*Рекомендовано Министерством образования и науки  
Республики Казахстан*

**С Самопознание:** Тетрадь ученика. 10 класс / Г.И. Калиева, Т.В. Леканова, Н.Н. Маркус. – Алматы: ННПООЦ «Бөбек», 2019. – 100 с.

В тетради предлагаются задания, разработанные в соответствии с обновленным содержанием программы по предмету «Самопознание» для 10 класса. Задания предусмотрены для самостоятельной работы ученика с целью дальнейшего осмысления общечеловеческих ценностей, анализа и обогащения собственного жизненного опыта, раскрытия духовно-нравственного потенциала ученика.

© ННПООЦ «Бөбек», 2019



## МОЕ ПРИЗВАНИЕ

### проект

Начиная работу над проектом, вам необходимо:

- 1) ответить на следующие вопросы:
  - Какова цель моего проекта? Какого результата я хочу достичь? Почему это важно для меня?
  - Что я хочу сделать для достижения своей цели?
  - Чему я хочу научиться, выполняя проект?
  - В какой форме должен быть представлен результат проекта?
- 2) Составить план действий.
- 3) Проанализировать свою деятельность в проекте, сделать выводы.

### 1 этап

#### Что такое призвание?

На **первом этапе** проекта «Мое призвание» вам предстоит осмыслить понятия «предназначение человека», «призвание».

Проведите исследовательскую работу:

1. Познакомьтесь с содержанием понятий «предназначение человека», «призвание»;

- найдите определения этих понятий в словарях, подберите высказывания мыслителей, философов, просветителей, ученых, педагогов, писателей и поэтов о предназначении, призвании человека;
- расспросите родных, близких людей, друзей, учителей об их понимании предназначения и призвания человека;
- проанализируйте содержание понятий «предназначение», «призвание». Составьте свои определения.

2. Проиллюстрируйте свои материалы примерами из жизни людей, которые раскрыли свое призвание, осуществили свою мечту. Это могут быть как великие люди прошлого и настоящего, так и люди, которых вы знаете лично.

3. Объединитесь в группы. В каждой группе составьте мини-энциклопедию из собранных материалов в формате книжки или журнала, в электронном формате. Проиллюстрируйте с помощью рисунков, фотографий.

## **ДНЕВНИК ПРОЕКТА**

A large, empty rounded rectangular box with a thin black border, occupying most of the page. It is intended for students to write their project diary entries.



## Раздел 1 НА ПУТИ ПОЗНАНИЯ

Уроки 1-2

### ИМЯ ЧЕЛОВЕК



Человек не появляется на божий свет разумным. Он становится им, слушая людей, видя их дела, трудясь в поте лица.

*Абай Кунанбаев*



**Задание 1.** Представьте, что вам нужно отправить информацию о человеке представителям иных планет. Что вы расскажите о жителях Земли? Что в этом сообщении особенно выделите?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 2.** Дайте свое определение понятию «человек».

Человек – \_\_\_\_\_

---

---

---

---



**Задание 3.** Подберите информацию о наиболее значительных научных, технических открытиях, сделанных в XX веке. Проанализируйте, что принесли эти открытия природе и человеку, от чего зависят последствия их применения. Сделайте выводы. Выполните задание в свободной форме (например, эссе, таблица, коллаж с комментариями и др.).





**Задание 4.** Приведите примеры, подтверждающие следующее утверждение: «Если человек вступает в борьбу с обстоятельствами и прикладывает свои усилия, то он преодолевает их, влияет на них. Человек может изменять их к лучшему и стать сильнее, умнее, заслужить уважение людей добром, принесённым им в дар».

Разместите изображение человека (рисунок, фотографию), чья судьба является подтверждением этих слов. Это может быть как известный человек, так и тот, кого вы знаете лично. Объясните свой выбор.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Уроки 3-4

### О МИРОВОЗЗРЕНИИ ЧЕЛОВЕКА



Мир, в котором живет человек, зависит прежде всего от того, как его данный человек понимает.

*Артур Шопенгауэр*



**Задание 1.** Выведите формулу мировоззрения, выбрав компоненты из предложенного списка: *успех, богатство, слава, карьера, жизненные ценности, знания, опыт, власть, авторитет, идеалы, могущество, вера, убеждения и принципы, влияние, нужные связи, поступки.*

МИРОВОЗЗРЕНИЕ = \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



**Задание 2.** Дайте определение понятия «жизненные ценности». Составьте список того, что можно отнести к ценностям человека.

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



**Задание 3.** Напишите в левом столбце то, что больше всего ценится в вашей семье, а правом - то, чему не придается большого значения.

Ценится	Не имеет большого значения
---------	----------------------------



**Задание 4.** Распределите составленный вами список жизненных ценностей по следующим группам:

Материальные	Духовные
Индивидуальные	Общечеловеческие

Как вы думаете, какие ценности должны быть определяющими в жизни человека? Почему? \_\_\_\_\_

---



---



---





**Задание 5.** Проанализируйте представленный в учебнике рассказ «Курт – камень, спасший жизни». Определите, о каких общечеловеческих ценностях в нем говорится? В каких нравственных качествах героев истории воплотились эти ценности? Придумайте иллюстрацию к рассказу в виде постера или коллажа.



**Задание 6.** Проведите социологический опрос на тему «Жизненные ценности современных людей». Включите в число опрошиваемых представителей различных поколений. Сравните и проанализируйте их мнения. Опишите результаты опроса, сделайте выводы на основе полученных результатов.

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---





**Задание 7.** Представьте, что вы в составе космической экспедиции отправляетесь к новой планете, где вам предстоит заложить начало новой цивилизации. Ваша задача – перенести важнейшие ценности землян в новый мир. Какие ценности человечества вы возьмете?

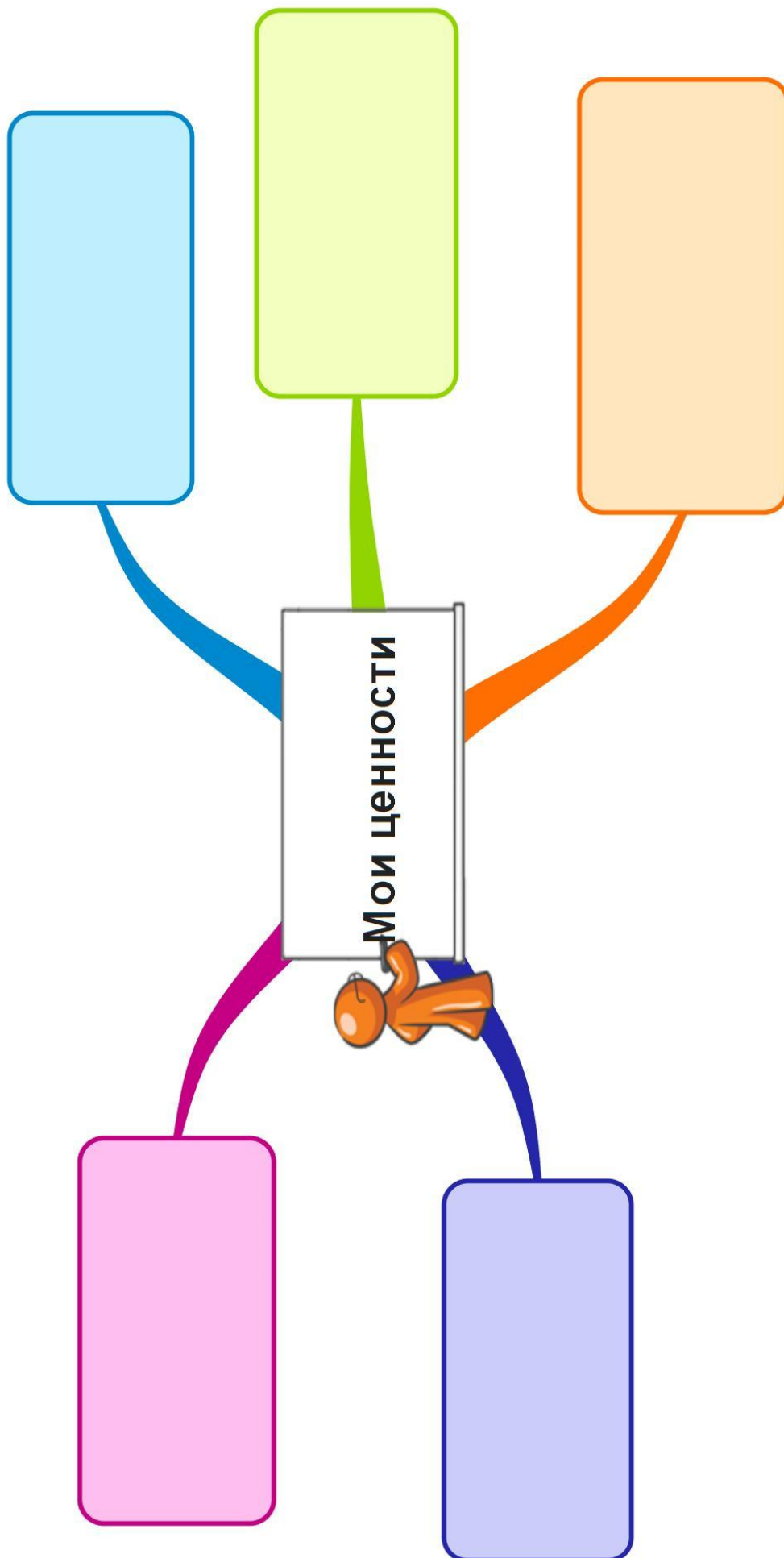


**Задание 8.** Постройте свою «Карту жизненных ценностей», следуя методике Тони Бьюзена, описанной в рубрике учебника «Это интересно».

В помощь вам мы предлагаем список духовных ценностей и нравственных качеств, который вы, безусловно, можете дополнить: *истина, правда, здравый смысл, самопознание, сострадание, любовь, добро, ненасилие, терпимость, терпение, честность, сотрудничество, понимание, порядочность, благодарность, дружба, забота, верность, справедливость, мужество, целостность, свобода, милосердие, единство, прощение, спокойствие, дисциплина, сила воли, ответственность, целеустремленность, красота, гармония, единство мысли, слова и дела.*

Дополните карту символами, рисунками, раскрывающими ваши мысли. **Карта моих жизненных ценностей**

Карта моих жизненных ценностей





**Уроки 5-6**

**«ЕСЛИ ВОЛЕН В СЕБЕ САМОМ...»**



В желании выражается сущность человека.

*Барух Спиноза*



**Задание 1.** Составьте список ваших желаний. Проанализируйте, какую потребность отражает каждое из них. Представьте ваш анализ в форме таблицы.

Ваше желание	Ваша потребность



**Задание 2.** Прочитайте отрывок из статьи Галины Савченко «Наши желания и потребности», в которой приводится пример того, как можно осознать истинную суть своих желаний. Выберите три самых значимых своих желания и проанализируйте их на основе предложенных в статье вопросов и примера.

«Очень часто человек путает истинные потребности и желания, которые ему навязало общество. Специалисты по рекламе уже давно научились играть на чувствах людей и формировать у них ложные потребности. В большинстве случаев они материальные. Как же разобраться во всех этих сложностях с желаниями и потребностями? А нужно это для того, чтобы не удивляться, что желания не сбываются, а потребности не удовлетворяются. К сожалению, люди чаще всего сами не знают, чего хотят на самом деле. Вернее, в голове мы хотим одного, а подсознательно – другого».

Вопросы:

1. Что мне это даст?
2. Зачем мне это нужно?
3. Что хорошего произойдет со мной?
4. Какая моя потребность будет удовлетворена?
5. Чего на самом деле я хочу?
6. Можно ли это удовлетворить другим способом?

<b>1.</b>	
<b>2.</b>	
<b>3.</b>	



**Задание 3.** Познакомьтесь с высказыванием венецианского вельможи Луиджи Корнаро (1464-1566), автора философского трактата «Краткое наставление к ведению умеренной жизни». О какой умеренности говорит Корнаро? Сформулируйте принципы умеренности в своих желаниях.

«Умеренность придаёт чувствам чистоту, лёгкость телу, радость душе; она делает память твёрдой, движения – проворными, а действия скорыми и верными. Она наделяет душу, почти освобождённую от земного бремени, большей частью своей свободы; жизнь нежно струится по сосудам, а кровь горячо бежит по венам, и нежное волшебное тепло бодрит наши силы, сочетая все элементы тела в чудесной гармонии».



**Задание 4.** Напишите творческую работу в форме стилизованного письма от лица любимого героя книги (фильма) или реальной известной личности на тему «Крошечный добрый поступок лучше, чем самые торжественные обещания сделать невозможное (Т.Б.Маколей)».

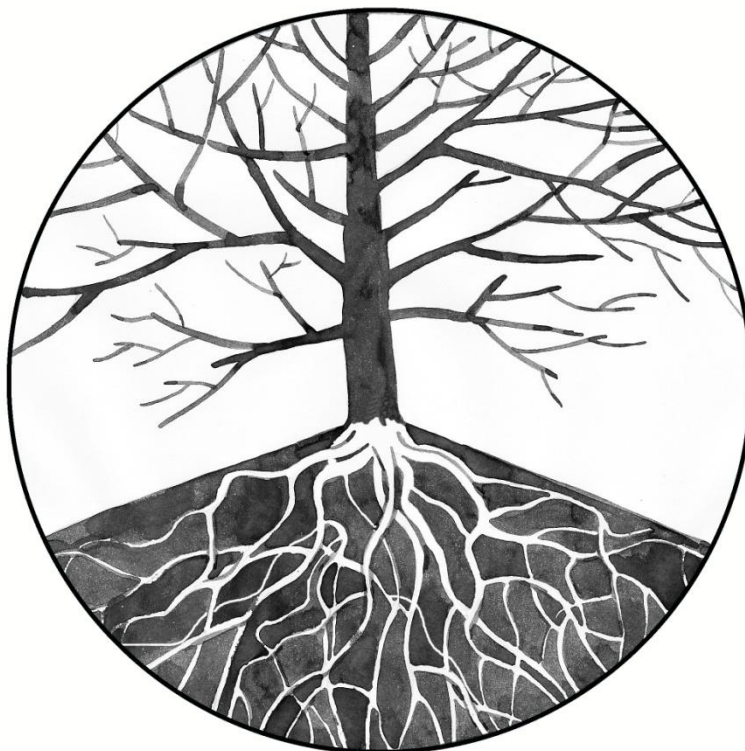
## Уроки 7-8

### «...ПРАВСТВЕННЫЙ ЗАКОН ВНУТРИ НАС»



Принципы для людей – то же, что корни для деревьев. Без корней деревья бы не выдержали ветра. Без принципов люди не выдержат жизненных бурь.

*Карлос Рейлес*



**Задание 1.**Продолжите предложение: нравственный человек для меня – это

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 2.** Напишите о жизненных принципах, которых придерживаются в вашей семье.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

В каждом обществе есть свой нравственный кодекс. А у каждого человека есть собственные внутренние убеждения, которые именуются моральными принципами. Они представляют собой систему ценностей, которая закрепляет через нравственный опыт, моральные обязанности человека.



**Задание 3.** Поразмышляйте и ответьте на вопрос: «Почему проблема нравственности в обществе была актуальна во все времена и остается такой и на современном этапе?»

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 4.** Прочитайте высказывание немецкого философа Иммануила Канта. Приходилось ли вам размышлять о тех вещах, о которых говорит философ? Почему они вызывают бесконечное удивление и благоговение? Кто устанавливает нравственные законы? Сформулируйте свой главный нравственный закон.

*Две вещи наполняют душу всегда новым и все более сильным удивлением и благоговением, чем чаще и продолжительнее мы размышляем о них, – это звездное небо над головой и нравственный закон внутри нас.*

*Иммануил Кант*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 5.** Перед вами список из 16 нравственных качеств. Эти качества представлены шкалой, включающей полярно-противоположные проявления этих качеств. Отметьте выраженность каждого качества у себя. Для этого обведите кружочком соответствующую цифру. Цифра 10 означает максимальную степень проявления качества, указанного в левом столбце, цифра 1 – максимальная степень проявления качества, указанного в правом столбце. По окончании вы получите свой нравственный “профиль”.

1	Общительность, открытость, коллективизм	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Замкнутость, скрытность, индивидуализм
2	Доброта, альтруизм	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Злоба, эгоизм, чувство собственности
3	Эмоциональная устойчивость, ровность, постоянство	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Эмоциональная неустойчивость, влюбчивость, разнообразие
4	Твердость, самостоятельность	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Уступчивость, склонность к подчинению, покорность
5	Восторженность, импульсивность, азартность	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Сдержанность, рассудительность, серьезность
6	Честность, высокая нормативность поведения	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Недобросовестность, игнорирование общественных норм
7	Раскованность, склонность к риску, смелость	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Скромность, стыдливость, застенчивость
8	Мягкость, сострадание, милосердие	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Жесткость, суровость, безжалостность
9	Бдительность	10 9 8 7 6 5 4	Доверчивость



		3 2 1	
10	Альтруистичность, непрактичность, доверие к людям	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Практичность, цинизм, недоверие
11	Прямолинейность, правдивость	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Дипломатичность, расчетливость
12	Спокойствие, уверенность в себе	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Тревожность, неуверенность, чувствования
13	Склонность к новому	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Склонность к традиционному
14	Независимость мнения о окружающих, стремление действовать исходя из собственных убеждений	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Зависимость от группы, ориентировка на социальное одобрение
15	Высокий самоконтроль, самодисциплина, безгрешность	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Низкий самоконтроль, недисциплинированность, нарушения
16	Собранность, возбужденность, вызванная большим стремлением к успеху	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Расслабленность, отсутствиестремлениявыделиться

**Оценка результатов.** Определите свои слабые и сильные стороны в нравственной сфере. Насколько этот ваш профиль соответствует нормам нравственности?

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

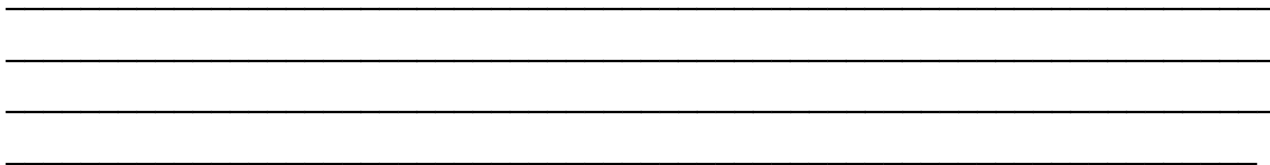


---



---





## Раздел 2

# СТАНОВЛЕНИЕ ЛИЧНОСТИ



### МОЕ ПРИЗВАНИЕ

проект

2 этап

На втором этапе проекта вам предстоит применить полученные на первом этапе знания в своем опыте и постараться ответить на вопросы: «Какой я? К чему я стремлюсь? В чем вижу свое призвание? Что я хочу и могу привнести в окружающий мир?»

1. В дневнике проекта проанализируйте и отразите в свободной форме (анкета, эссе, интеллект-карта и др.):

➤ **Мои интересы и увлечения.** В чем они проявляются? Чем вы уже занимаетесь? Где вы уже применяете свои способности? В какой сфере жизни хочется попробовать свои силы? Что доставляет вам радость? Готовы ли вы поделиться ею с окружающими?

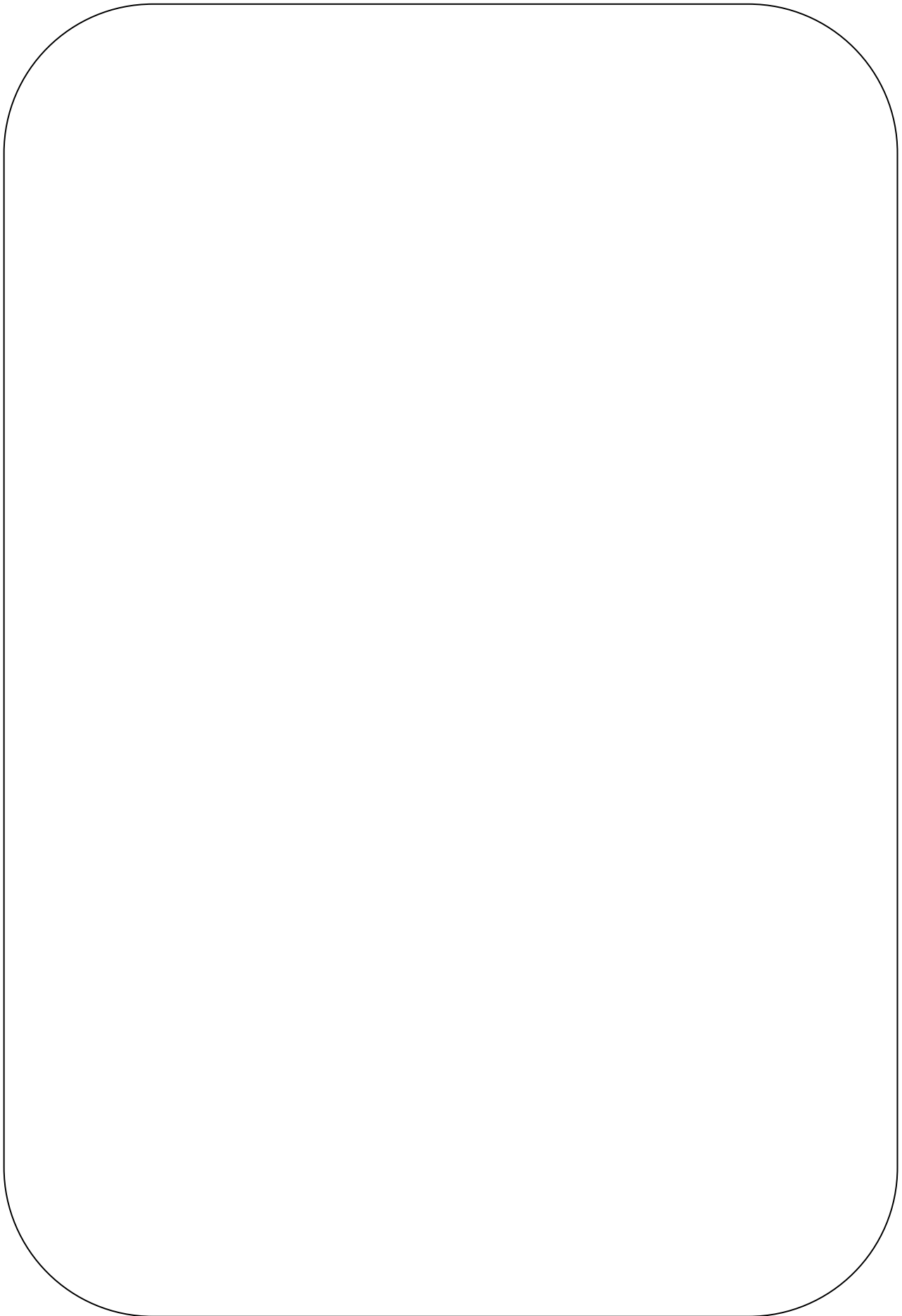
➤ **Мои качества.** Какие качества личности важны для той деятельности, которой вы хотите заниматься? Какие качества и свойства человека важны для любой деятельности? Обладаете ли вы этими качествами? В какой мере?

➤ **Мое отношение к людям.** Как вы строите свои отношения с людьми? Стремитесь ли вы понять их, понять их чувства, прийти на помощь? Позитивны ли вы в своем отношении к окружающим людям и к миру? По каким мотивам вы готовы участвовать в общем деле, не дающем результатов лично вам?

Примите участие в подготовке и проведении коллективного творческого дела «Подари радость людям». Продумайте, для кого вы проведете эту акцию, ее содержание. Объединитесь в группы по интересам: те, кто увлекаются музыкой (пением, танцами); те, кто занимаются изобразительными, прикладными искусствами и другие. Сделайте о ней репортаж для школы.

## **ДНЕВНИК ПРОЕКТА**

A large, empty rounded rectangular box with a thin black border, occupying most of the page. It is intended for students to write their project diary entries.



## Урок 9-10

### СОЗИДАЯ В СЕБЕ ЛИЧНОСТЬ



Будь, как огонь, горяч, будь, как вода, прозрачен,  
Не становись, как пыль, покорен всем ветрам.

*Омар Хайям*



**Задание 1.** Наши моральные убеждения становятся особенно очевидными, когда мы оцениваем свои теневые стороны, ошибки и упущения.

Проанализируйте один из своих проступков по следующему алгоритму:

1. Опишите свой поступок.
2. Если бы твоя мама знала об этом поступке, что бы она сказала?
3. Если бы твой папа знал об этом поступке, что бы он сказал?
4. Что ты сказал себе сам по поводу этого поступка?
5. Сравни реакцию своих родителей со своей. Есть ли между ними что-то общее?
6. Теперь рассмотри свой поступок с нейтральной позиции. Какие ценности ты нарушил своим поступком?
7. Существуют ли ценности, которые ты своим поступком защитил? Назови их.
8. Теперь в нескольких предложениях изложи «за» и «против» своего поступка. Готов ли ты сегодня простить себе этот проступок? Попробуй в нескольких предложениях обосновать «амнистию» самому себе.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 2.** Прочитайте сочинение ученицы 11 класса на тему «Внутренний мир человека», **размещенное в учебнике**. Выделите в нем главные мысли, ключевые слова, раскрывающие это понятие. Как оно связано с понятием «индивидуальность»? Создайте на основе ключевых слов интеллект-карту на эту тему.

**Интеллект-карта «Внутренний мир человека»**





**Задание 3.** Тест «Уровень самооценки». Тест позволит не только выявить вашу самооценку, но и скорректировать ваше отношение к окружающему миру и к самому себе. Чтобы измерить уровень самооценки, ответьте на вопросы. Выпишите цифру, стоящую после выбранного вами ответа. А затем просуммируйте все выписанные баллы.

**1. Как часто тебя терзают мысли, что тебе не следовало что-то говорить или делать?**

- А) очень часто (1)
- Б) иногда (3)

**2. Если ты общаешься с блестящим и остроумным человеком, ты...**

- А) стараешься победить его в остроумии (5)
- Б) не будешь ввязываться в соревнование, а молча постоишь в сторонке (1)

**3. Выбери одно из мнений - наиболее тебе близкое:**

- А) то, что многим кажется везением, на самом деле, результат упорного труда (5)
- Б) успехи зависят от счастливого стечения обстоятельств (1)
- В) в сложной ситуации главное - не упорство и везение, а человек, который сможет утешить или ободрить (3)

**4. Тебе показали шарж или пародию на тебя. Ты...**

- А) рассмеешься и порадуешься тому, что в тебе есть что-то оригинальное (3)
- Б) тоже попытаешься найти что-то смешное в твоём знакомом и высмеять его (4)
- В) обидишься, но не подашь виду (1)

**5. Тебе вечно не хватает времени. А может, ты берешься за выполнение дел, превышающих возможности одного человека?**

- А) да(1)
- Б) нет (5)
- В) не знаю (3)

**6. Ты выбираешь подарок другу (подруге). Купишь...**

- А) то, что нравится тебе (5)
- Б) то, чему, как ты думаешь, будет рад друг (рада подруга), хотя тебе это не нравится (3)
- В) то, что недавно рекламировали по телевизору (1)

**7. Ты любишь представлять себе различные ситуации, в которых ты ведешь себя иначе, чем в жизни?**

- А) да(1)
- Б) нет (5)
- В) не знаю (3)

**8. Задевает ли тебя, когда твои товарищи добиваются большего успеха, чем ты?**

- А) да(1)
- Б) нет (5)
- В) иногда (3)

9. Доставляет ли тебе удовольствие возражать кому-либо?

- А) да (5)
- Б) нет(1)
- В) не знаю (3)

10. Закрой глаза и попытайся представить себе три цвета. Какой представить легче?

- А) голубой (1)
- Б) желтый (3)
- В) красный (5)

#### Ключ к тесту:

**50-38 баллов.** Завышенная самооценка. Люди с завышенной самооценкой довольны собой и уверены в себе. У них большая потребность доминировать над людьми. Они любят подчеркивать свое «я», выделять свое мнение. Им безразлично, что о них говорят, но сами они любят критиковать других. Самый большой их недостаток - они не принимают никакой критики.

**37-24 балла.** Адекватная самооценка. Такие люди живут в согласии с собой и могут себе доверять. Они обладают ценным умением находить выход из трудных ситуаций как личного характера, так и во взаимоотношениях с людьми. Они умеют сами поддерживать себя, не искать источник силы в других.

**23-10 баллов.** Заниженная самооценка. Люди недовольны собой. Их мучают сомнения и неудовлетворенность своим интеллектом, способностями, достижениями, внешностью, возрастом, полом. Главное – остановиться. Кто сказал, что любить себя – плохо? Нужно избегать самодовольства, а вот понимать себя, уважать себя и поддерживать – это необходимо.



**Задание 4.** Закончите данные ниже предложения. Сделайте вывод, как зависит уверенность человека в себе от его самооценки.

Для меня уверенность - это \_\_\_\_\_

Я считаю, что уверенный человек \_\_\_\_\_

Самоуверенный человек, на мой взгляд, \_\_\_\_\_

Неуверенному человеку \_\_\_\_\_

Уверенность в себе зависит от \_\_\_\_\_



## Уроки 11-12

### ОТ ВОСПИТАНИЯ – К САМОВОСПИТАНИЮ



Воспитание, полученное человеком, закончено, достигло своей цели, когда человек настолько созрел, что обладает силой и волей самого себя образовывать в течение дальнейшей жизни и знает способ и средства, как он может это осуществить.

*Адольф Дистервег*



**Задание 1.** Как быть с плохими привычками, которые зачастую формируются куда легче хороших? Составьте список плохих и хороших привычек. Помните, что в положительной привычке присутствует мотив «надо» – мотив долга, мотив необходимости, в отрицательный – мотив «хочу» – мотив легкости, мотив приятности. Сформулируйте главное условие развития полезных привычек и искоренения вредных.

--	--

---



---



---



**Задание 2.** Важным этапом самовоспитания является принятие **самообязательств**, в которых моделируются цели и программа деятельности. Познакомьтесь с самообязательствами, которые дал себе выдающийся русский педагог К.Д. Ушинский, будучи подростком. Проанализируйте, какие качества характера стремился выработать в себе Ушинский с помощью этих самообязательств.

- Спокойствие совершенное, по крайней мере, внешнее.
- Прямота в словах и поступках.
- Обдуманность действия.
- Решительность.
- Не говорить о себе без нужды ни одного слова.
- Не проводить времени бессознательно; делать то, что хочешь, а не то, что случится.
- Издерживать только на необходимое или приятное, а не по страсти издерживать.
- Каждый вечер добросовестно давать отчет в своих поступках.
- Ни разу не хвастать ни тем, что было, ни тем, что есть, ни тем, что будет». *К.Д.Ушинский, Дневник*

Сформулируйте самообязательства, направленные на собственные привычки, которые вам не нравятся. Придумайте, как оформить эти самообязательства, чтобы помнить о них.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 3.** Почему человек ведёт себя правильно? Психолог Л.Колберг предложил шкалу оценки уровня нравственного развития, основанную на характере причин, побуждающих человека к тому или другому действию. Проанализируйте и сделайте вывод о том, чем руководствуется человек, которого можно отнести к 4 уровню нравственного развития, какими качествами он обладает.

- 1 уровень      Чтобы *избежать наказания* и получить награду.
- 2 уровень      Чтобы все хорошо *обо мне думали*– другие и я сам.
- 3 уровень      Так принято в обществе, в котором я живу.
- 4 уровень      Таковы *мои моральные принципы*; они основаны на общечеловеческих принципах.

---



---



---



---



**Задание 4.** Составьте список значимых поступков за определенный период (например, неделю, месяц). Проанализируйте, какие мотивы двигали вами при их совершении. К какому выводу вы пришли?

Поступки	Мотивы

**Выводы:** \_\_\_\_\_

---



**Задание 5.** Великий французский писатель Виктор Гюго сказал: «У каждого человека три характера: тот, который ему приписывают; тот, который он сам себе приписывает; и, наконец, тот, который есть в действительности». Сравните свое понимание собственного характера и то, каким считают вас другие. Сделайте выводы, какой характер у вас на самом деле.

**Каким меня видят другие:**

**Каким вижу себя сам (сама):**

**Каким являюсь на самом деле:**



**Задание 6.** Допишите рекомендации по выработке характера.

Рекомендации по выработке характера

1. **Умейте** критически оценивать \_\_\_\_\_

---

---

---

2. **Убеждайте** себя в \_\_\_\_\_

---

---

---

3. **Внушайте** себе \_\_\_\_\_

---

---

---

4. **Рассуждайте** перед сном \_\_\_\_\_

---

---

---

5. **Держитесь** всегда \_\_\_\_\_

---

---

---

6. **Управляйте** своим \_\_\_\_\_

---

---

---

7. **Поощряйте** себя за \_\_\_\_\_

---

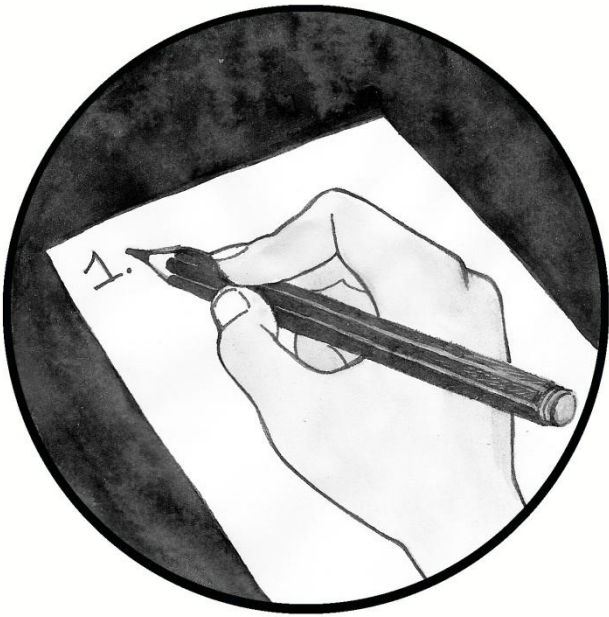
---

---





**Задание 7. «Доброе дело для близких».** Составьте список дел, которые вы можете (должны) делать дома. Помогите, желательно без просьб и напоминаний, родителям, бабушке и дедушке, младшим брату и сестре. Возьмите себе это за правило.



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 8.** Проведите самодиагностику трудовых качеств

Ответьте на вопросы:

1. После еды убираете ли за собой грязную посуду?  
*Всегда, часто, редко, не убираю.*
2. Переодеваете ли вы после школы в домашнюю одежду?  
*Всегда, часто, редко, не переодеваюсь.*
3. Убираете ли вы одежду на место?  
*Всегда, часто, редко, не убираю.*
4. Разогреваете ли сами себе обед?  
*Всегда, часто, редко, не разогреваю.*
5. Готовите ли вы себе пищу сами?  
*Всегда, часто, редко, не готовлю.*

6. Вы сами стираете себе носки и другие мелкие вещи?  
*Всегда, часто, редко, не стираю.*
7. Вы сами гладите себе брюки (юбку), рубашку, ... ?  
*Всегда, часто, редко, не глажу.*
8. Можете ли вы починить что из хозяйственной утвари, предметов, имеющихся дома (электророзетку, стул...)?  
*Всегда, часто, редко, не могу.*
9. Имеете ли вы постоянное домашнее поручение?  
*Да, нет.*
10. Как вы поступаете, когда не хочется делать работу?  
*Убеждаю себя, заставляю, тяну время, не делаю.*

**Результаты:** подсчитайте свою сумму баллов за ответы по следующему ключу, сделайте для себя выводы.

Ответы	Оценка	Результат
Всегда (да, убеждаю)	5 баллов	
Часто (заставляю)	4 балла	
Редко (тяну время)	3 балла	
Не делаю (нет)	0 баллов	
Общая сумма баллов		



**Задание 9.** Попробуйте написать себе в дневник *свой* «Свод правил поведения» в школе.

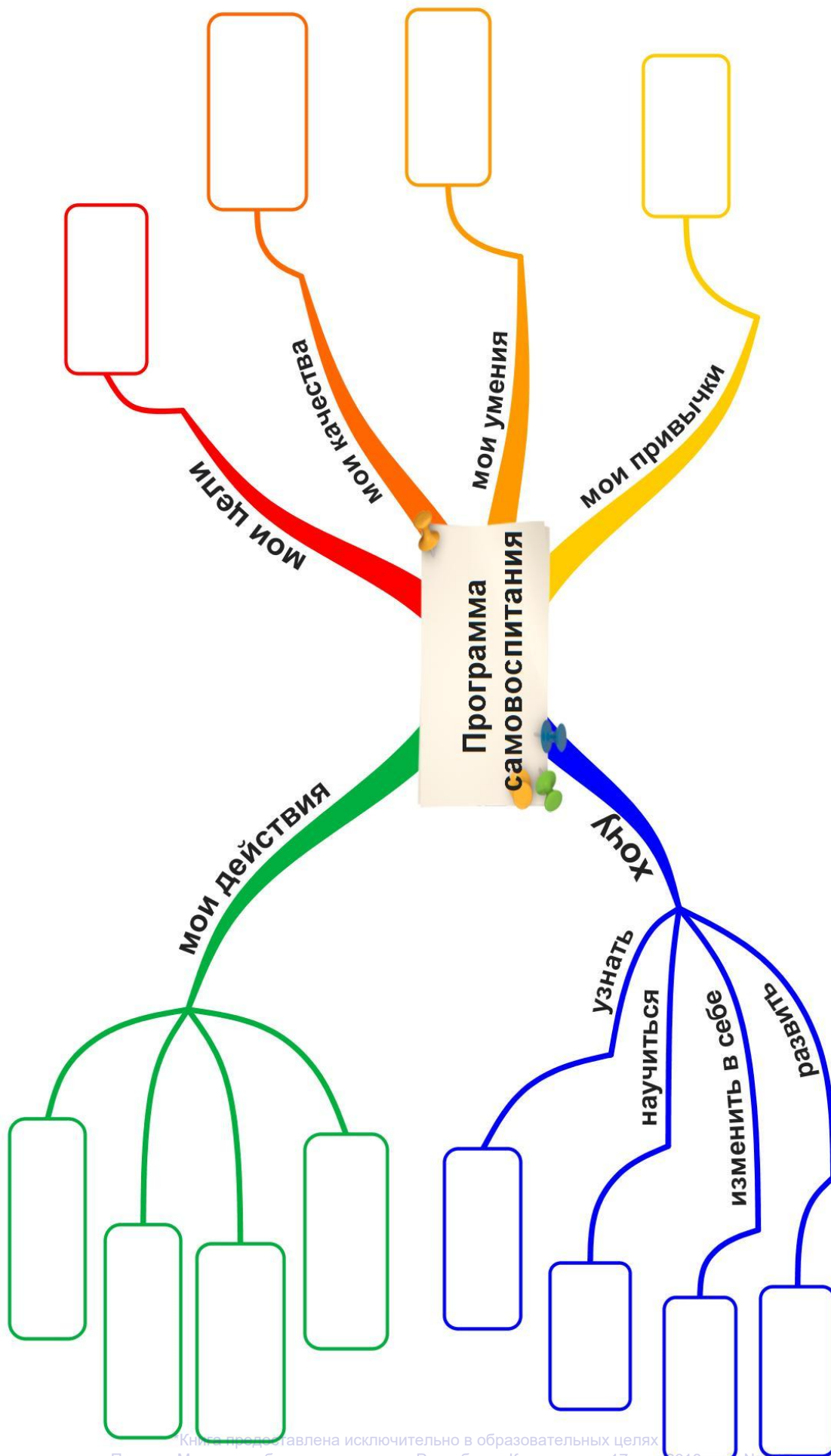
### Примерные правила поведения

#### Поведение в школе

## Поведениенауроке



**Задание 10.** Используя информацию, полученную при изучении этой темы, составьте программу самовоспитания в форме интеллект-карты. В задании дан примерный образец этой карты. Вы можете изменить его по своему усмотрению, дополнить его рисунками, отражающими ключевые понятия вашей программы.





**Задание 11. Составьте план своих дел на неделю.** Постарайтесь выполнить намеченное. Дайте анализ и оценку каждой работе (например: не выполнено, нечётко поставлена цель, не было чёткости, не выделены главные дела, беспорядок, плохое планирование дня и т.д.).

Дата	День недели	Нужно времени	НУЖНО СДЕЛАТЬ	Выполнено или нет, почему

## Уроки 13-14

### РАДОСТНЕЙ СДЕЛАТЬ ЖИЗНЬ



Творящий бедности не знает.  
Далекий от мирских щедрот,  
Добычею богатств не занят, –  
Он из души их достает.

*Л. Болеславский*



**Задание 1.** Напишите в форме письма своему другу о впечатлении, которое произвело на вас произведение искусства (песня, фильм, спектакль, книга, картина художника или что-либо другое). Изменило ли оно что-то в вас? Аргументируйте, почему с этим произведением обязательно надо познакомиться.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 2.** Создайте коллаж на тему «Мои увлечения».

A large, empty rounded rectangle with a thin black border, intended for students to create a collage about their hobbies.



**Задание 3.** Составьте список того, что доставляет вам радость. Проранжируйте этот список. Проанализируйте его и ответьте на вопросы:

1. Каких причин для радости в вашем списке больше – материальных или нематериальных?
2. Какие радости больше характерны для вашего возраста?
3. Что приносит человеку радость в любом возрасте?
4. Доставляет ли вам радость приносить радость другому человеку?
5. Чем вы стараетесь порадовать своих родных, друзей?

<b>Мне приносит радость:</b>	

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





**Задание 4.** Прочитайте стихотворение О. Изотова «Улыбка». С чем сравнивается улыбка достойного человека? Почему? Дайте письменный комментарий.

### Улыбка

А вы видели,  
Как улыбается поле,  
Пшеничное поле густое?  
И человек с улыбкой такою  
Высокого счастья достоин.  
А вы видели,  
Как улыбается море,  
Зелёной играя волною?  
И человек с улыбкой такою  
Не может не быть героем.  
А вы видели,  
Как улыбается небо  
В солнечный день погожий?  
И человек с улыбкой такою,  
Как небо, прекрасен тоже!

*О.Изотов*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 5.** Прочитайте четверостишие великого скульптора эпохи Возрождения Микеланджело Буонаротти. О какой главной особенности искусства, творчества в нем говорится? Сформулируйте письменно. Приведите примеры.

Творенье может пережить творца:  
Творец уйдёт, природой побеждённый,  
Однако образ, им запечатлённый,  
Веками будет согревать сердца.

*Микеланджело Буонаротти*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 6.** Подберите 3 произведения изобразительного искусства (живописи, графики, скульптуры, фотоискусства) для выставки на тему «Мечты о прекрасном и добром». Прокомментируйте свой выбор.

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Уроки 15-16

## ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА



Каково назначение человека? Быть им.

*Станислав Ежи Лец*



**Задание 1.** Прочитайте отрывок из статьи З. Балаяна «Зерна нравственности». Как вы думаете, каково было жизненное предназначение героя рассказа? Составьте синквейн на эту тему.

На могиле моего деда установлена гранитная плита, и на одной - единственной обтесанной грани я высек: «Мой дед хлеб резал стоя». Он резал хлеб стоя даже на склоне лет, когда ему шел уже десятый десяток и когда мучительно трудно было всякий раз вставать на ноги. Это был обряд уважения. Символ. Высшая мудрость.

У нас в Армении редко когда произносят «завтракать», «обедать», «ужинать», хотя эти слова, конечно, в лексиконе есть. У нас говорят «кушать хлеб». И когда нас приглашают к столу, так и говорят: «Кушайте хлеб». Так говорят, даже если на столе только молоко. Так повелось исстари: хлеб – главное кушанье...



О хлебе писалось много. В веках. Его воспевали в легендах и сказаниях. Ему посвящены песни и романы. Писали о том, как в блокадном Ленинграде люди, умирающие с голоду, сумели сохранить уникальные сорта пшеницы...

Один из моих романов («Боль») посвящен хлебу.

Главный герой, одноногий инвалид, потомственный хлебопек, волею трагической судьбы попал на Крайний Север, где впервые выпек свой хлеб. Аборигены края, никогда раньше не видевшие хлеба и не имевшие этого слова в своем лексиконе, назвали хлеб именем своего хлебопека Багратом. Они так и говорили: «Баграт», «Баграт вкусный». И герой мой через всю свою жизнь, как эстафету, пронес эту великую честь, великую ответственность – доверие народа.

## Синквейн

---



---



---



---



---



**Задание 2.** Прочитайте легенду об Архимеде. Напишите свой ответ, дающий объяснение на вопрос, вынесенный в заголовок.

### Почему так сказал Архимед перед смертью?

Когда Архимед, один из самых великих людей в истории человечества, один из немногих, кому посчастливилось реально раскрыть ту внутреннюю исполинскую энергию, которая, практически нетронутая, дремлет в каждом человеке, когда Архимед увидел тень занесенного над ним меча, он гневно закричал: «Не тронь моих чертежей!» И римский воин – самодовольный, мнящий себя вершителем судеб, оторопев вначале от этой дерзости, зарубил Человека мечом.

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 3.** Напишите эссе, которое начинается следующими словами: Наша жизнь – наше творение. Благодаря самопознанию мы словно открываем себя заново, осознаём свою индивидуальности и предназначение.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## РАЗДЕЛ III ЧЕЛОВЕК И ОБЩЕСТВО



### ПРОЕКТ «МОЕ ПРИЗВАНИЕ»

#### 3 этап

*«Достойный трудится для человечества»*, – писал Абай Кунанбаев. Продолжая работу над проектом, рассмотрите такую важную сторону своей будущей профессии как ее польза для людей, для всего общества. Задумайтесь о том, как через свое призвание вы сможете реализовать высшее предназначение человека – приумножение любви и добра в своей жизни и в окружающем мире.

Проведите исследовательскую работу в следующих направлениях:

1. Роль семьи и вдохновляющего примера в определении призвания человека.

- найдите материал об известной вам семейной династии, о служении представителей различных ее поколений определенной профессии;

- подготовьте и проведите «семейную гостиную». Пригласите родителей на открытый диалог по теме: «Выбор профессии: кто его определяет?»;

- подготовьте для публикации на интернет-портале «Самопознание» (<http://www.ozin-ozit-anu.kz>) эссе или статью о человеке, который является для вас примером истинного служения на благо людям, вдохновляет на новые открытия в себе, побуждает к творению добрых дел.

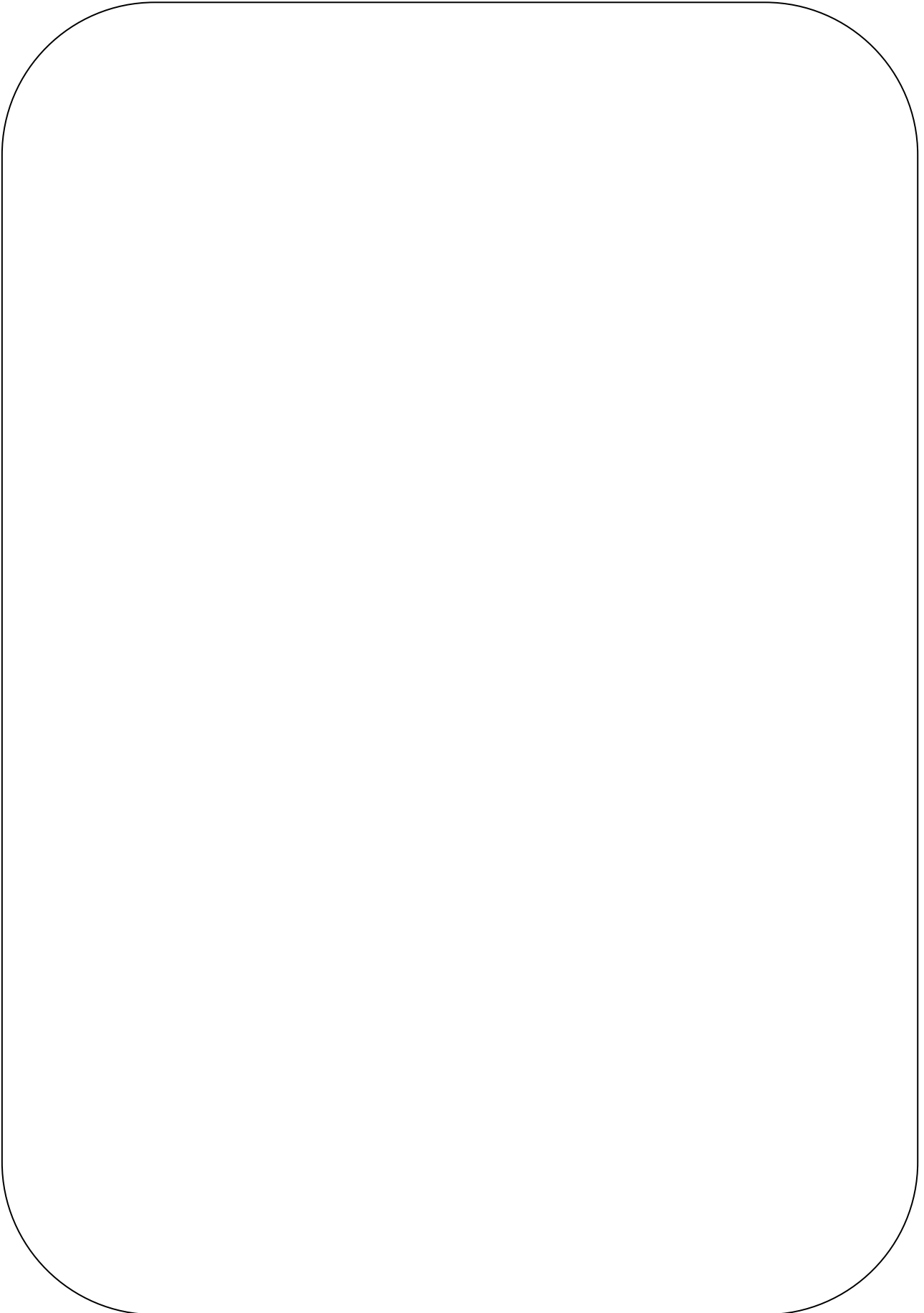
2. Социальная ответственность и благотворительность в современном обществе.

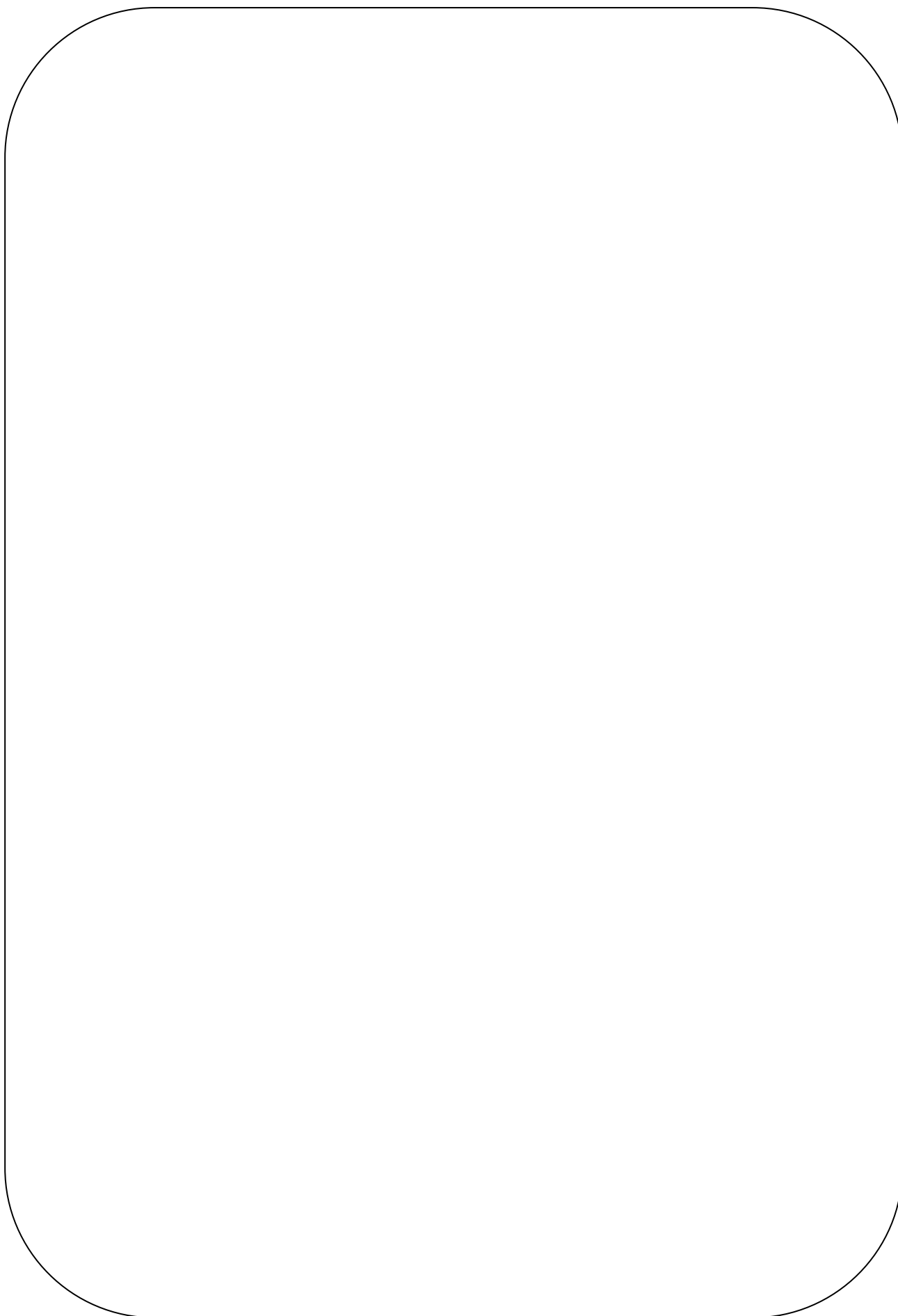
- подготовьте информационный дайджест об отечественных и зарубежных компаниях, предпринимателях, творческих союзах и т.д., в деятельности которых различные благотворительные, социальные, экологические проекты занимают важное место;

- подготовьте и проведите встречу-интервью с представителями интересующей вас профессии и побеседуйте с ними о служении обществу через профессиональное призвание. Вы также можете провести социологический опрос представителей данной профессии. При этом стремитесь узнать, в чем конкретно проявляется их деятельность на благо людей.

- подумайте, в решении каких социально значимых проблем вы уже сегодня можете принять непосредственное участие. Найдите информацию о молодежных волонтерских организациях, ознакомьтесь с их деятельностью, примите посильное участие в их мероприятиях. Со своими друзьями и одноклассниками разработайте, а затем осуществите в действии свой собственный добровольческий проект. Результаты своих открытий внесите в дневник проекта.

## **ДНЕВНИК ПРОЕКТА**





## Уроки 17-18

### В СЕМЕЙНОМ КРУГУ



Счастлив тот, кто счастлив у себя дома.

*Л.Н. Толстой*



**Задание 1.** Сформулируйте свое определение понятия «семья», составив кластер (ассоциативный ряд).



**Задание 2.**

Представьте, что сейчас вы – юный поэт и вам нужно составить небольшое стихотворение, используя следующие рифмы.

\_\_\_\_\_ **дом**  
\_\_\_\_\_ **живем**  
\_\_\_\_\_ **я**  
\_\_\_\_\_ **семья**





**Задание 3.** Слова «дом, семья» входят в наше подсознание с первых дней жизни. Лев Толстой сказал: «Счастлив тот, кто счастлив у себя дома». Каждому из нас нужно место, где не надо притворяться, где тебя не обманут, где тебе спокойно и хорошо, где можно отдохнуть душой. Такое место – твоя семья. Существует много народных пословиц и поговорок о семье. Продолжите поговорку о семье.

1. *В гостях хорошо, а дома лучше.*
2. *Не нужен клад, когда в семье лад.*
3. *Согласную семью и горе не берёт.*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 4.** «Семейная история».

Чаще всего семейные ценности живут в рассказах из прошлого, которые передаются из поколения в поколение. Напишите истории вашей семьи, которые вам рассказывали бабушки и дедушки, папа и мама. Истории, в которых ценности, переходят из истории в историю. Отрадите в них свои представления о главных семейных ценностях, правилах взаимоотношений родителей и детей, старших членов семьи и младших.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

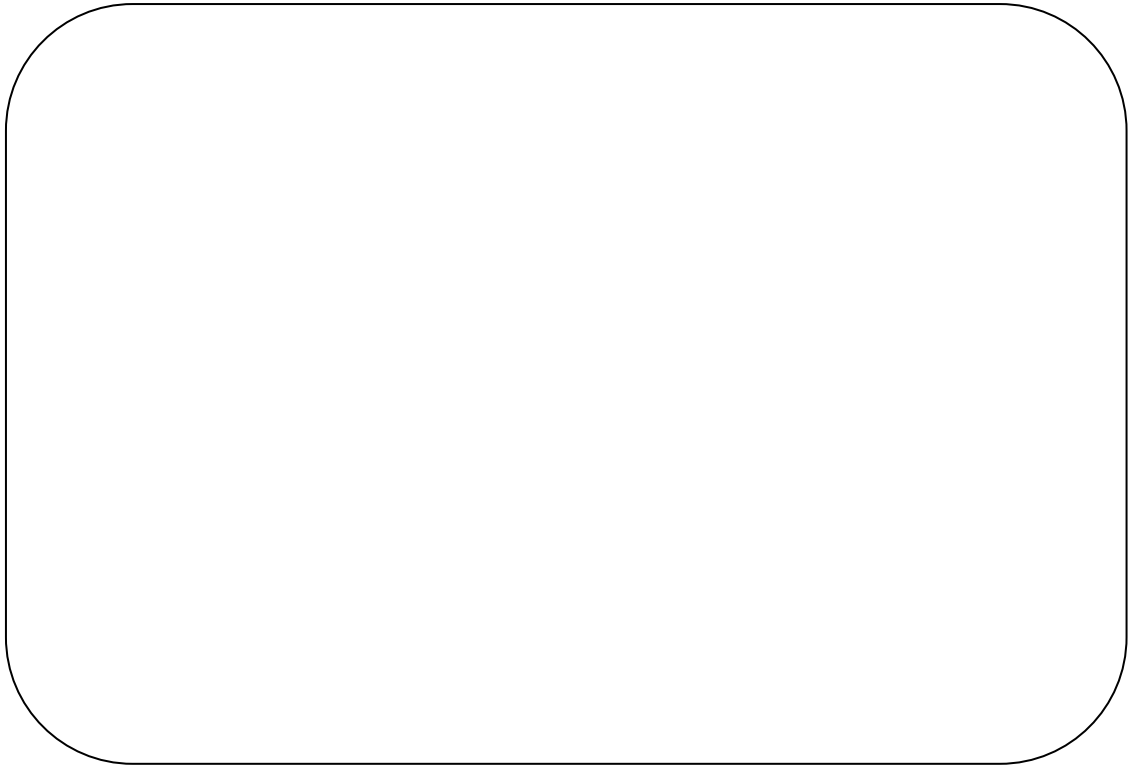
---

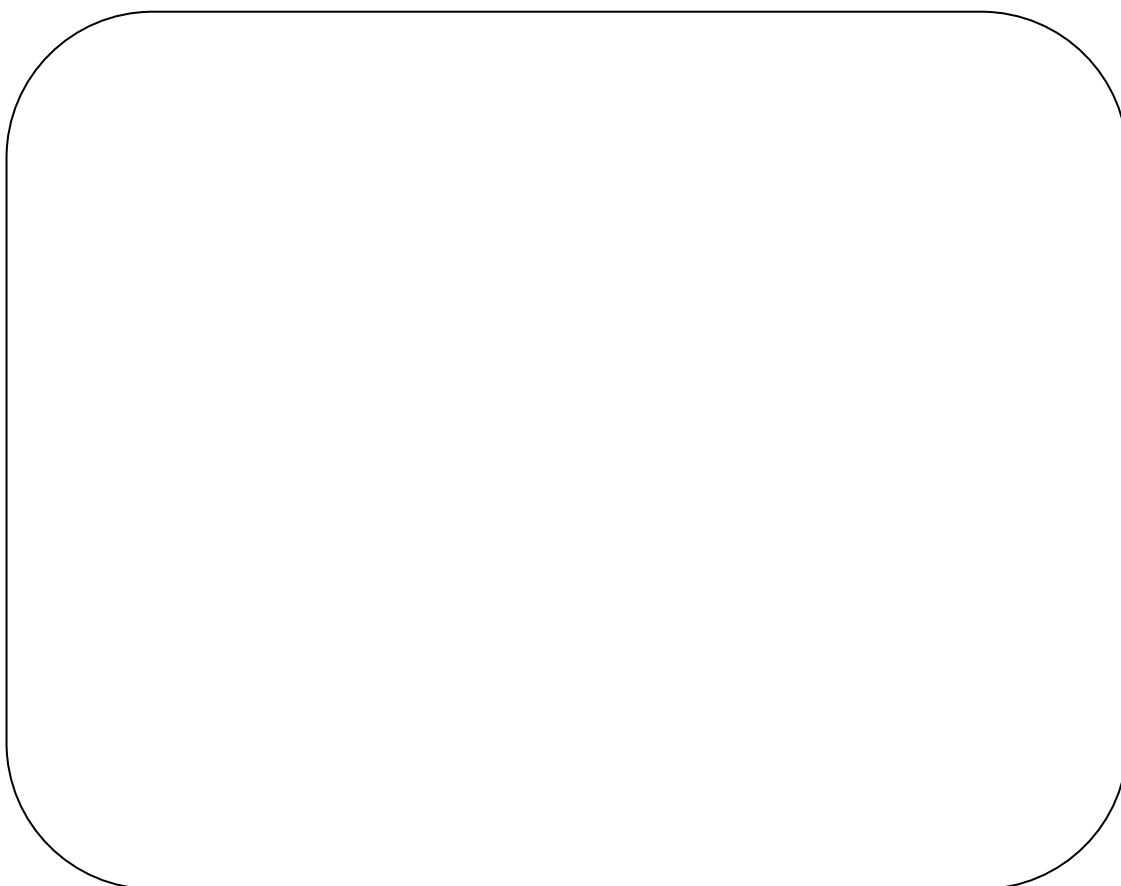
---





**Задание 6.** Создайте несколько рисунков-кадров для рисованного фильма «Семейные традиции»





## Уроки 19-20

### ОТЦЫ И ДЕТИ – ПУТЬ К ВЗАИМОПОНИМАНИЮ



Что посеяно отцами – пожнут сыновья.

*Азербайджанская пословица*



#### **Задание 1. «Стержень моей семьи»**

Каждый человек ищет пример для подражания, и первый такой пример он может найти в кругу своей семьи. Отцы, деды, прадеды... Кто прославился мастерством, кто – боевыми заслугами, кто – добротой, мудростью, справедливостью. Они-то и составляют стержень семьи, красу и гордость всего рода. Напишите о том, кто является стержнем вашей семьи, кто в семье является для вас авторитетом?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





**Задание 3.** Составьте модель отношений современного сына (дочери) с родителями. Воспользуйтесь перечисленными ниже характеристиками. Дополните проектируемую модель своими наблюдениями.

### Современные дети:

прислушиваются к советам родителей; настаивают на своем; участвуют в домашнем труде; все свободное время проводят с друзьями; полностью отдаются своему хобби; интересуются профессиональными делами своих родителей; стремятся проводить с родителями свободное время; делятся секретами с близкими; принимают ответственные решения, обсудив их со старшими членами семьи; считают, что родители мыслят несовременно; во всем полагаются только на себя.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 4.** Притча о трех буханках хлеба.

Один человек покупал каждый день три буханки хлеба. На вопрос продавца, зачем ему столько, он отвечал, что себе оставляет только одну буханку, а две оставшиеся делит таким образом: одной – долг возвращает, вторую – в долг дает.

Подумайте и напишите, о каком долге говорил этот человек?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 5.** Прочтите высказывания известных мыслителей, поэтов, писателей различных эпох. Определите и напишите, что их объединяет.

- Если нет почтения к старцам, то его не будет и к отцам.  
*Ш. Монтескье*
- Добродетель родителей – богатое приданое.  
*Гораций*
- Доброе имя – как наследство, полученное от отцов.  
*Публилий Сир*
- К родителям своим относись так, как ты желал бы, чтобы твои собственные дети относились к тебе.  
*Сократ*
- Любовь к родителям – основа всех добродетелей.  
*Цицерон*
- Там, где славится мать, где в почёте жена, –  
В той стране высока человеку цена...  
Чем привольнее детям расти, расцветать,  
Тем счастливее мать, тем красивее мать!»  
*Мирзо Турсун-заде*

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





- Способность замечать возможности.
- Любопытство.
- Понимание других.
- Умение работать с числами.
- Способность к абстрактному мышлению.
- Честность.
- Эффективные управленческие способности.
- Энтузиазм.
- Яркая речь.
- Сосредоточенность.
- Готовность к риску.
- Способность принимать решения.
- Аналитические способности.
- Способность столкнуться с неблагоприятной ситуацией.
- Непредубежденность.
- Способность быстро приспосабливаться к переменам.



**Задание 3.** В жизни многих встречались истинные лидеры. Такие встречи меняют нашу жизнь, так как пример истинного лидера вдохновляет на более осознанную и совершенную жизнь, укрепляет веру в высокие идеалы и устремляет к возвышенным целям. Возможно, для кого-то истинным лидером стал великий человек из прошлого, а для кого-то наш современник.

Напишите эссе «Истинный лидер в моей жизни».

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**Задание 4.** Опираясь на содержание темы и подобрав дополнительный материал, составьте интеллект-карту, раскрывающую понятие «лидерство» (с.66). Используйте образец, данный ниже. Вы можете дополнить интеллект-карту новыми линиями и рисунками, отражающими ключевые понятия темы.



**Задание 5.** Составьте синквейн на тему «Лидер».

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

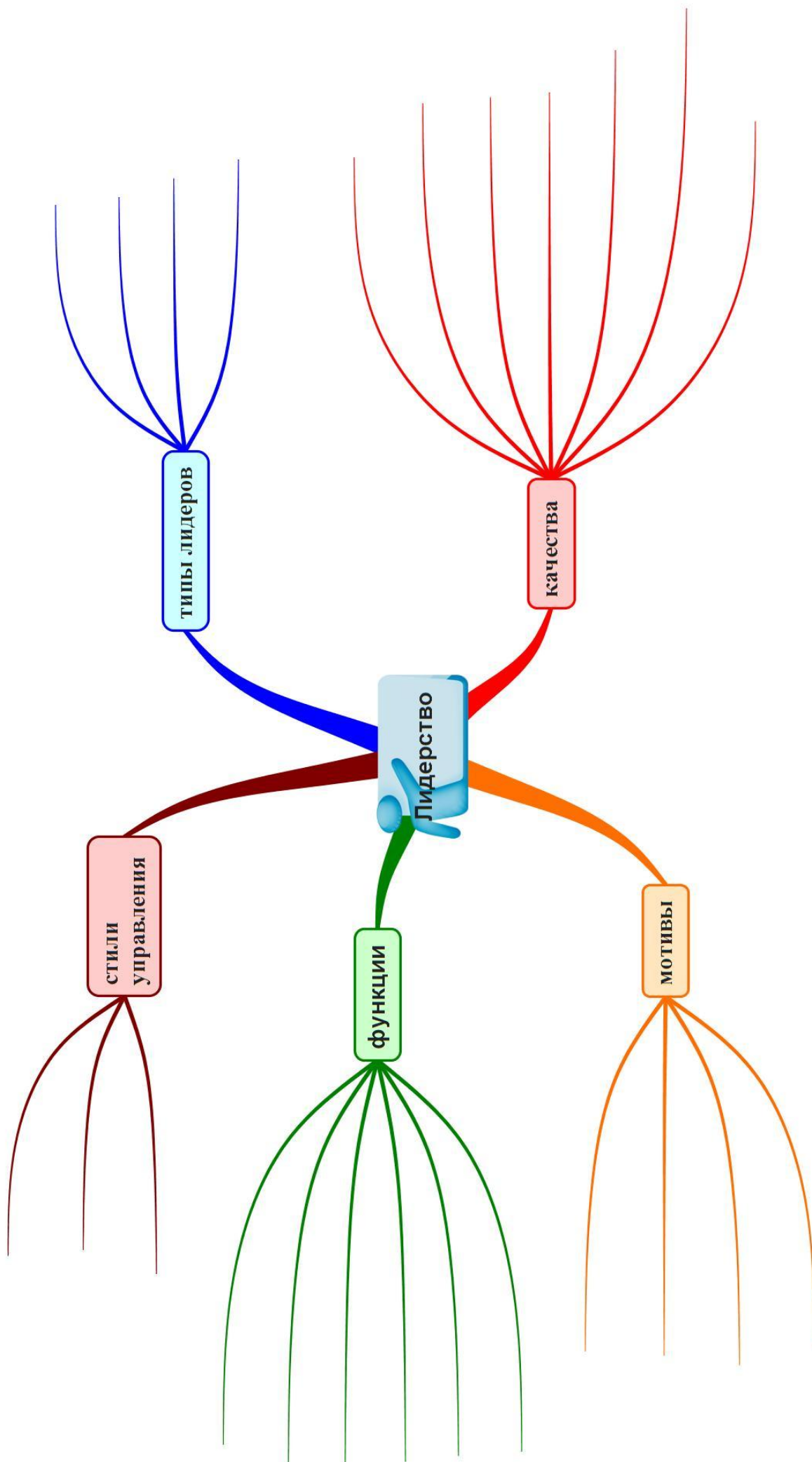
---

---

---

---

---



## Уроки 23-24

## РАДОСТЬ СЛУЖЕНИЯ



Если вы на своем месте, занимаетесь тем, чем хотите заниматься, к чему лежит ваша душа, то это занятие никогда не будет вас опустошать и утомлять, а напротив, наполнять энергией, стимулировать.

*Герберт Келлехер*

Вопрос «Кем я буду?» задаёт себе каждый молодой человек. Для правильного выбора важна его обоснованность, опирающаяся на убедительные доводы. Самые важные из этих доводов:

- Избранная тобой профессия соответствует твоим способностям и интересам.
- Ты знаешь все о той профессии, которую хочешь получить.
- Ты уверен, что твои возможности соответствуют требованиям профессии.
- Ты уверен, что обществу понадобится твой труд, твоя профессия социально значима.

Чтобы сделать гармоничный выбор, человеку нужно соединить три понятия – ХОЧУ, МОГУ и НАДО. ХОЧУ – мои возможности. ХОЧУ – мои цели, интересы. НАДО – требования рынка труда.

**Задание 1.**

Определи своё ХОЧУ, для этого напиши:

Что тебе нравится делать? \_\_\_\_\_

---



---



---

Чему ты хотел бы научиться? \_\_\_\_\_

---



---



---

Определи своё МОГУ, для этого напиши:

Что у тебя получается делать лучше всего? \_\_\_\_\_

---



---



---

Какие способности у тебя развиты уже сейчас? \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

НАДО – проанализируй какие профессии востребованны на рынке труда.  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_



**Задание 2.**

Узнайте, к какому типу вы относитесь, к экстравертам или к интровертам. Ответьте «да» или «нет» на пункты предлагаемой вам анкеты.



**Вы относитесь к экстравертам, если:**

1. В один и тот же день вы можете посмотреть два фильма, спектакль, читать в транспорте, назначить несколько встреч, успев только на одну-две из них.
2. Вы в плохом настроении, если телевизор или радио не работает, чувствуете себя удрученным и одиноким, если телефон отключен.
3. Число ваших близких знакомых растет с каждым днем.
4. Вы легко запоминаете лица, случаи, биографии, труднее – формулы и чужие мысли.
5. Вы любите веселиться в компании. Избегаете одиночества. Вы оптимист, избегаете мрачных, замкнутых людей.
6. Вы любите острить, рассказывать анекдоты. У вас уживчивый, покладистый характер.

7. Вы любите выступать с речами, произносить тосты; за столом, в компании обычно усаживаетесь на такое место, с которого было бы легко за всеми наблюдать.
8. Вы знаете, где и что происходит.
9. Вы быстро находите контакт с незнакомыми людьми, хорошо ориентируетесь в незнакомой компании и обстановке. Легко находите выход из сложной ситуации.
10. Вы быстро принимаете решения, иногда даже предполагая, что они не совсем удачны. Поездки в другие города доставляют вам удовольствие, вы соглашаетесь на них с радостью.
11. В сложной ситуации вы способны как следует все обдумать.
12. У вас много планов, проблем и идей, но вы в состоянии осуществить только часть из них.
13. Вам не очень нравятся те люди, которые постоянно беспокоятся о вашем здоровье, даже если вы их об этом не просите.
14. Вам важно то впечатление, которое вы производите на окружающих.

### **Вы относитесь к интровертам, если:**

1. Даже незначительное событие может повлиять на важное для вас решение.
2. Вы нередко «уходите в себя», предаётесь воспоминаниям. Вы можете долго находиться под впечатлением от хорошего спектакля, фильма.
3. У вас немного друзей, вы с трудом сходите с людьми, чувствуете себя неловко в незнакомых компаниях. У вас один-два близких друга.
4. Вы лучше запоминаете какую-то ситуацию в целом, чем подробности, детали.
5. Вам не нравится шум магнитофонов, транзисторов, громкий смех, разговоры в компании.
6. Вы предпочитаете иметь немного вещей, но только те из них, которые, как вы считаете, вам подходят.
7. Вы любите фотографироваться, вам нравятся сувениры, золотые или другие украшения.
8. Вы любите готовить.
9. Вы лучше чувствуете себя в большой компании, где можно остаться незамеченным, в отличие от компании маленькой, где все на виду.
10. Вы трудно приспосабливаетесь к новой обстановке, ситуации, коллективу.
11. Вы упорно отстаиваете свои принципы.
12. Вы слишком мнительны в отношении своего здоровья. Все время думаете, что оно у вас не на высоте, и это вас угнетает.
13. Вы способны долго заниматься волнующей вас проблемой, прежде чем принять какое-то решение.
14. Иногда вам говорят, что вы видите мир не таким, какой он есть. Но вы не верите, что это так.

Вы относитесь к той группе, в которой у вас большее число положительных ответов. Если оказалось, что признаков экстравертов и интровертов одинаково по числу (допустим: 5 и 5, 6 и 6 и т. д.), то вы амбраверт–двойственная натура, для которой характерны и те, и другие признаки. (Профессиональное самоопределение 2008г.)

Подсчитайте баллы и определите свой психологический тип. Согласны ли вы с результатом самоанализа?



**Задание 3.** Определите тип своего мышления. Если согласны с высказыванием, возле номера вопроса поставьте «+», если не согласны

– «-».

1. Мне легче что-либо сделать самому, чем объяснить другому.
2. Мне интересно было бы составлять компьютерные программы.
3. Я люблю читать книги.
4. Мне нравится живопись, скульптура, архитектура.
5. Даже в отлаженном деле я стараюсь что-то улучшить.
6. Я лучше понимаю, если мне объясняют на предметах или рисунках.
7. Я люблю играть в шахматы.
8. Я легко излагаю свои мысли как в устной, так и в письменной форме.
9. Когда я читаю книгу, я зрительно представляю себе ее героев.
10. Я предпочитаю самостоятельно планировать свою работу.
11. Мне нравится все делать своими руками.
12. В детстве я создавал (а) свой шифр для переписки с друзьями.
13. Я придаю большое значение сказанному слову.
14. Знакомые мелодии часто вызывают у меня воспоминания.
15. Разнообразные увлечения делают жизнь человека богаче и ярче.
16. При решении задачи мне легче идти методом проб и ошибок.
17. Мне интересно разбираться в природе физических явлений.
18. Мне интересна работа ведущего теле-радиопрограмм, журналиста.
19. Мне легко представить предмет или животное, которых нет в природе.
20. Мне больше нравится процесс деятельности, чем сам результат.
21. Мне нравилось в детстве собирать конструктор из деталей.
22. Я предпочитаю точные науки (математику, физику).
23. Меня восхищает точность и глубина некоторых стихотворений.
24. Знакомый запах вызывает в моей памяти прошлые события.
25. Мне трудно подчинять свою жизнь определенной системе.
26. Когда я слышу музыку, мне хочется танцевать.
27. Я понимаю красоту математических формул.
28. Мне легко говорить перед любой аудиторией.
29. Я люблю посещать выставки, спектакли, концерты.

Подсчитайте число плюсов в каждой колонке. Каждая колонка соответствует определенному типу мышления.



Типы мышления				
П-Д	А-С	С-Л	Н-О	К
1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31	32	33	34	35
36	37	38	39	40

Количество баллов в каждой колонке указывает на уровень развития данного типа мышления:

- 0-2 – низкий,
- 3-5 – средний,
- 6-8 – высокий.

**1. Предметно-действенное мышление** свойственно людям дела. Они усваивают информацию через движения. Обычно они обладают хорошей координацией движений. Их руками создан весь окружающий нас предметный мир. Они водят машины, стоят у станков, собирают компьютеры. Без них невозможно реализовать самую блестящую идею. Этим мышление важно для спортсменов, танцоров, артистов.

**2. Абстрактно-символическим мышлением** обладают многие ученые – физики-теоретики, математики, экономисты, программисты, аналитики. Они могут усваивать информацию с помощью математических кодов, формул и операций, которые нельзя ни потрогать, ни представить. Благодаря особенностям такого мышления на основе гипотез сделаны многие открытия во всех областях науки.

**3. Словесно-логическое мышление** отличает людей с ярко выраженным вербальным интеллектом (от лат. verbalis – словесный). Благодаря развитому словесно-логическому мышлению ученые, преподаватель, переводчик, писатель, филолог, журналист могут сформулировать свои мысли и донести их до людей. Это умение необходимо руководителям, политикам и общественным деятелям.

**4. Наглядно-образным мышлением** обладают люди с художественным складом ума, которые могут представить и то, что было, и то, что будет, и то,



**Специальность** – \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**Должность** – \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**Квалификация** – \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

Разделите представленный список на профессии, специальности, должности. Обоснуйте свой выбор.

*Токарь, секретарь-референт, швея, начальник цеха, адвокат, пианист, главный инженер, менеджер, водитель, юрист, слесарь-сантехник, министр, бульдозерист, повар, заведующий библиотекой, портретист, маляр, прораб, закройщик, экономист, учитель, директор, экономист.*

Профессия	Специальность	Должность
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____



**Задание 6.** Прочитайте рассказ М.Максвелла «В брюссельском трамвае».

*Однажды вечером в брюссельском трамвае я получила замечательный, незабываемый урок того, как надо работать. Возвращаясь из деловой части города к себе на окраину, я села в трамвай. Я ехала минут пятнадцать – двадцать, но кондуктор того трамвая успел преподать мне бесценный урок отношения к труду. Это было много лет назад, но с тех пор я не видела ничего подобного.*

*По мере того, как я наблюдала за кондуктором, у меня складывалось впечатление, что трамвай – его собственный, и каждый входящий – его гость, и что он отвечал за всех, кто находился в трамвае. Сам же он совершенно не осознавал этого. Он просто вкладывал в работу всего себя. Обязанности трамвайного кондуктора – продавать билеты, давать сдачу. Вдобавок к этому, в Брюсселе тех дней трамвайный кондуктор должен был, к неудовольствию пассажиров, дуть в издававший отвратительный звук медный рожок, давая сигнал водителю, что можно отправляться. Но этот человек, до сведения которого никто не довел, что от него требовалось только лишь отсчитывать медь и дуть в рожок, помогал старикам, старушкам и детям входить и выходить из вагона, подавал им их свертки, держал на руках ребенка, пока мать спускалась с подножки, ходил вдоль вагона, как хозяин ходит по своей гостиной, устраивал поудобнее усталого человека, предлагал другим пассажирам немного подвинуться, чтобы усадить женщину, и с невероятной готовностью, конечно же, вежливо отвечал на вопросы, по просьбе людей напоминал им об остановках; улыбался и взглядом как бы говорил: «Как хорошо, что вы здесь! Чем же мне услужить вам?» Это было удивительно.*

*Мне невольно пришла в голову мысль: каким бы стал этот мир, если бы все люди выполняли свою работу подобным образом, не сердясь, не обижаясь, не обливая других равнодушием; ведь мог бы и тот кондуктор занять удобную позицию: «Я зарабатываю себе на жизнь, и мне нет до вас никакого дела, я здесь только для того, что бы компостировать билеты и давать сигнал к отправлению, и это все, что я намерен делать», но вместо холодного безразличия (столь характерного для большинства из нас), он источал внимание, вежливость, услужливость. И я не сомневаюсь, что при этом он был счастлив. Вкладывая, всего себя в эту мало перспективную работу, он взамен получал величайшее удовлетворение; это было написано на его усталом, ничем не привлекательном лице – оно светилось счастьем. Он открыл секрет труда – труда, который есть служение, нашел золотой талисман, который превратил нудную, тяжелую работу в удовольствие, усталость – в удовлетворение, скуку – в заинтересованность. Может ли кто-нибудь сказать, что его труды пропадали даром, что он вел себя как глупец? Я была всего лишь одним из его пассажиров, но пока я жива, я не забуду этого человека. Как много может сделать всего один человек. Стоит призадуматься, а что, если бы мы все попробовали так трудиться, каким бы стал этот мир! Отдавать – значит получать! Почему это так, остается тайной, но чем больше вы отдаете, тем больше вы получаете для своей души.*

Ответьте на вопрос автора: «Если бы мы все попробовали так трудиться, каким бы стал этот мир!»







## ПРОЕКТ «МОЕ ПРИЗВАНИЕ»

### 4 этап

Вы приступаете к заключительному этапу проекта. Открывая для себя понимание жизненного призвания, вы значительно расширили горизонты своих знаний, собрали множество интересных данных, фактов, историй, попробовали себя в новых видах деятельности.

Вы приобрели новый опыт взаимодействия друг с другом, общения с родными и близкими, познакомились с настоящими профессионалами и просто хорошими и интересными людьми.

Но самое главное – вы познали радость реализации себя в нужных и полезных делах, в бескорыстной помощи тем, кто в ней нуждается. Уверены, что, эта радость станет одной из главных потребностей вашей души.

Настало время подвести итоги проекта. Это очень важная часть работы исследователя, которая состоит из нескольких этапов:

#### 1. Систематизация накопленных в ходе исследования материалов.

- соберите все полученные материалы, продумайте, как и в какой форме вы их систематизируете. Возможно, это будет портфолио, в котором материалы размещаются по разделам.

- придумайте интересные названия разделов, эпиграфы к ним, решите вопросы дизайна.

- пополняйте материалы в процессе изучения последнего раздела учебника «Мир человечества».

#### 2. Определение результатов, выводы по итогам исследования.

- перечислите по пунктам, чего вы достигли в познании себя и своего призвания: какие знания о себе, о других людях и окружающем мире приобрели, какие ценности осознали, какие нравственные качества развили в себе и т.д.

- на основе полученных результатов сделайте выводы о значении призвания в обретении правильных жизненных ориентиров, в выработке жизненной стратегии.

#### 3. Подготовка к представлению результатов проекта.

- обсудите с учителем и одноклассниками, в какой форме вы будете презентовать результаты своего исследования. Не ограничивайте свою фантазию: это может быть необычная выставка, фестиваль, форум, спектакль или даже фильм, который вы создадите все вместе и в котором у каждого будет своя роль.

- составьте план действий по подготовке к презентации проектов и последовательно его выполняйте.

Структурапортфолио

Название раздела	Эпиграф	Перечень материалов

Результаты проекта











**Задание 3.** Прочитайте «диалог» компьютера и человеческого сердца. В тексте скрыта вторая часть – ответ Сердца. Попробуйте ее дописать. Что бы вы хотели сказать компьютеру от имени своего сердца?

### Сердце и Компьютер

...Да, – гордо сказал Компьютер, – я обладаю многими замечательными достоинствами и во многом опережаю человека – своего создателя.

Я в течение нескольких секунд произвожу сложнейшие вычисления, недоступные человеческому уму.

Под моим контролем летят космические корабли и работают производственные технологии. С моей помощью проводятся многие научные эксперименты, получают образование миллионы юношей и девушек.

Я открыл для детей мир своих интересных игр и расцветил их воображение сочными красками своего монитора.

Изо дня в день я завоевываю все больше и больше пространства в умах и сознании людей, поэтому я – победитель, а люди – побежденные!

Верно, – ответило Компьютеру человеческое Сердце, – ты быстр: точно считаешь, твоя помощь **необходима человеку** в науке, производстве, учебе, техническом и экономическом прогрессе.

Но...

---



---



---



---



**Задание 4.** Проанализируйте один свой день. Сколько времени вы провели, путешествуя в виртуальных мирах, а сколько в реальном мире? Что важное узнали? Что полезное сделали для себя, для других людей в этих двух мирах? Чем бы хотели поделиться со своими близкими и друзьями?

---



---



---



---



---



---



---



---



---

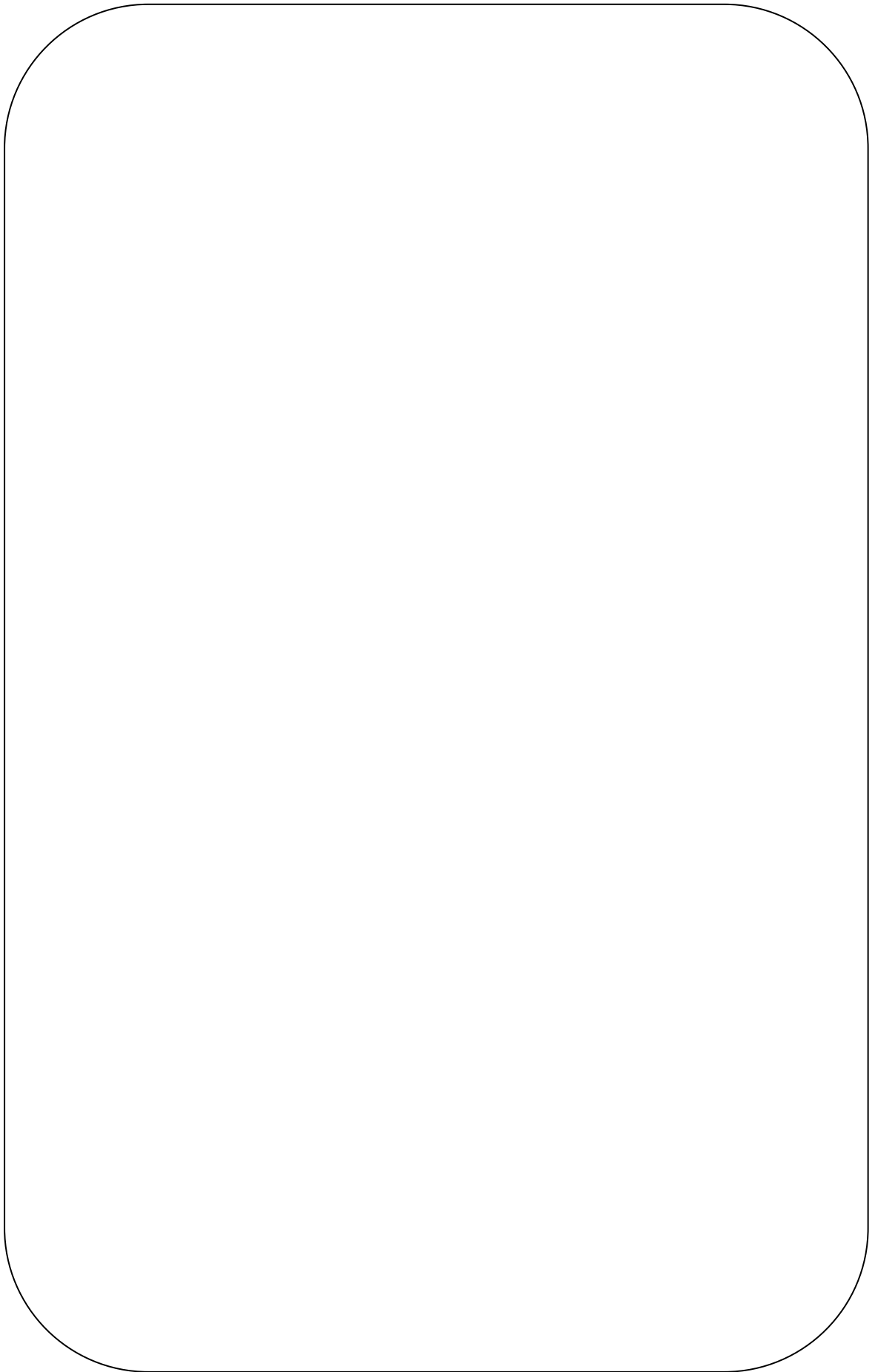


---









## Уроки 27-28

## ДУША ОБЯЗАНА ТРУДИТЬСЯ...



Разум человеку дан для того, чтобы он мог достигнуть своего наивысшего совершенства.

*Абу Наср аль-Фараби*



**Задание 1.** Прочтите высказывания известных мыслителей, поэтов, писателей различных эпох. Определите, что их объединяет. Отметьте высказывание, созвучное вашему пониманию самосовершенствования.

Прокомментируйте свой выбор.

- Нельзя лучше жить, кроме как стараться делаться лучше, и нет большего удовольствия, как почувствовать, что действительно становишься лучше. *Сократ*

- Богатым быть хочешь – корысть заглуши,

Копи, о, достойный, богатства души.

Будь к добрым делам всю силой влеком

И верь: на добро отвечают добром. *Юсуф Баласагуни*

- Поиски человеческого достоинства и благородного труженика и есть устремления души. *Шакарим Кудайбердыев*

- Величие нас как людей заключается не столько в возможности построить мирнова – это мифомного века, – а в возможности изменить себя. *Махатма Ганди*

- Сама жизнь – не что иное, как сотворение души, которым человек обязан себе... *Альбер Камю*

- Не трудитесь быть лучше своих предшественников или современников. Старайтесь быть лучше самих себя. *Уильям Фолкнер*

- Я чист душой и телом, светел духом,

И добрые дела творить хочу.

Ты, жизнь, благослови мои порывы,

Чтобы, любя свободу и людей,

Я рос, мужал и верен был стремленью! *Султанмахмут Торайгыров*

- Я понял, что единственной амбицией человека может быть только беспрестанный поиск самосовершенствования. *Бернард Вербер*

---



---



---



---



---



---



---



---







**Задание 3.** Вспомните рассказ-притчу Ибрая Алтынсарына «Чистый родник». В ней три путника размышляют о надписи, высеченной на камне возле родника: «Эй, путник, будь чистым, как этот родник».

Проанализируйте представленный автором смыслообраз: *«Если бы вода в этом роднике стояла спокойно на одном месте, то травы и мусор, попадая в нее, замутили бы и загрязнили ее... Но так как родник течет беспрестанно днем и ночью, то он очищается... Когда смотришь в него, то видишь, как в нем отражаются блеск солнца и отсветы травы».*

Напоминает ли вам этот образ характеристику души человека? Попробуйте сформулировать собственное высказывание о стремлении человека к духовному совершенствованию на основе образа родника.

А может быть, вы придумаете свой собственный смыслообраз и проиллюстрируете его рисунком или символом?

---



---



---



---



---



---



---



---



**Задание 4.** Великий духовный учитель Абай Кунанбаев в своих философских трудах размышляет о путях духовного возвышения человека. Ознакомьтесь с помощью учебника с его наставлениями и попробуйте, следуя им, разработать свою программу самосовершенствования. Подумайте, какие преобразования вы бы хотели осуществить в своих чувствах, мыслях, словах и делах. Придумайте название программы, проиллюстрируйте ее рисунками или символами.



**Задание 5.** Прочитайте притчу. В ней скрыт ответ учителя на вопрос учеников. Как вы думаете, какой это был ответ?

### Притча о листьях

К умирающему учителю пришли ученики и спросили: «Все ли ты рассказал нам о знаниях, которыми ты обладаешь?» Учитель взял горсть листьев и спросил: «Сколько листьев у меня в руке? Больше ли их в ладонях, чем в лесу на деревьях?» «Конечно, меньше», – был ответ. «То, что я вам дал, сравнительно с горстью в моей руке!» – заметил учитель. «Тогда почему ты не рассказал нам всего?» – изумились ученики. И был ответ...




---



---



---



---



**Задание 6.** Проведите диалог с собой по сократовской схеме, при которой, как известно, а человек находится в состоянии постоянного спора. В помощь вам можно предложить такие вопросы:

- Моя душа ленива, потому что \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_
- Нет, она постоянно в движении, она трудится, так как \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_
- Душа – моя нравственная основа, она ведет меня, требует и отвергает. Что же требует от меня моя душа? \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_
- Что она отвергает? \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

## Уроки 29-30

## ЧЕЛОВЕК В ЗЕРКАЛЕ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА



Человек, словно в зеркале мир, – многолик,  
Он ничтожен – и он же безмерно велик.

*Омар Хайям*



**Задание 1.** Представьте, что вам предстоит открыть «Галерею великих», включив в нее портреты величайших творцов духовной культуры человечества: ученых, писателей, поэтов, художников, музыкантов и т.д. Напишите имена тех, чьи портреты вы бы включили в галерею. В чем, по вашему мнению, заключается величие этих людей? Каковы были их устремления, в чем они видели смысл своих открытий и творений?

---



---



---



---



---



---



**Задание 2.** Прочитайте текст о том, как воздействует искусство на духовный мир человека. Ответьте на вопросы к тексту.

Духовное освоение произведений искусства является одной из высших потребностей человека. Тот, кто вступает в общение с художником (в широком смысле), вникает в созданные им художественные образы, воссоздавая их в своем воображении. Этот процесс называется сотворчеством, ведь содержание произведения (изобразительного, литературного, музыкального и т.д.) - это не только то, что высказано и написано, но и то, что возникает в зрителе при виде услышанного, увиденного, прочитанного.

Результаты труда художника являются всего лишь некими материальными объектами без зрителя, ведь произведения искусства - это всегда сообщение, сотворчество, сопереживание. Только в результате восприятия зрителем произведений искусства они обретают предназначенное им духовное бытие. И никто не может нас заставить полюбить творчество того или иного творца. Мы вольны в выборе, что является проявлением нашего художественного вкуса.

Любое произведение - будь то словесное либо музыкальное сочинение, спектакль, живописная картина или архитектурное сооружение - воздействует на наши органы чувств и включает процессы эстетического восприятия. Возникает чувство восхищения, удовольствия. И чем дольше длится созерцание картины, прослушивание музыки, чтение поэмы, т.е. творческое освоение произведения искусства, тем большая радость и восторг охватывают человека.

Как правило, мы даже не в состоянии вразумительно объяснить, почему нам нравится то или иное творение...

...Почему рассказ Чехова о зауряднейшем случае, или погоня некоего Чичикова за «мёртвыми душами», или картина Сурикова о мало кому сегодня известной боярыне Морозовой потрясают душу, заставляют снова и снова обращаться к этим произведениям, восхищаться ими и... постоянно удивляться: да что же здесь такого выдающегося? чем они трогают и поражают? Да просто настоящее, большое Искусство! И независимо от социальной, религиозной и любой иной значимости (или незначительности) представленного события оно до глубины души трогает нас, очищает душу, обогащает духовно. В этом великая тайна и неиссякаемая сила искусства.

*(О.В. Дивненко, фрагменты из учебного пособия "Эстетика")*

1) Как влияет на человека настоящее, большое искусство? \_\_\_\_\_

---



---



---



---



---

2) В чем заключается процесс нашего «сообщения, сотворчества, сопереживания» с художником (автором произведения искусства)?

---



---



---



---



---

3) Расскажите о своем любимом произведении искусства. Как оно влияет на ваш внутренний мир? Что связывает это произведение лично с вами? Что вы чувствуете от соприкосновения с ним, какие нравственные чувства возникают в душе? \_\_\_\_\_

---



---



---



---



---

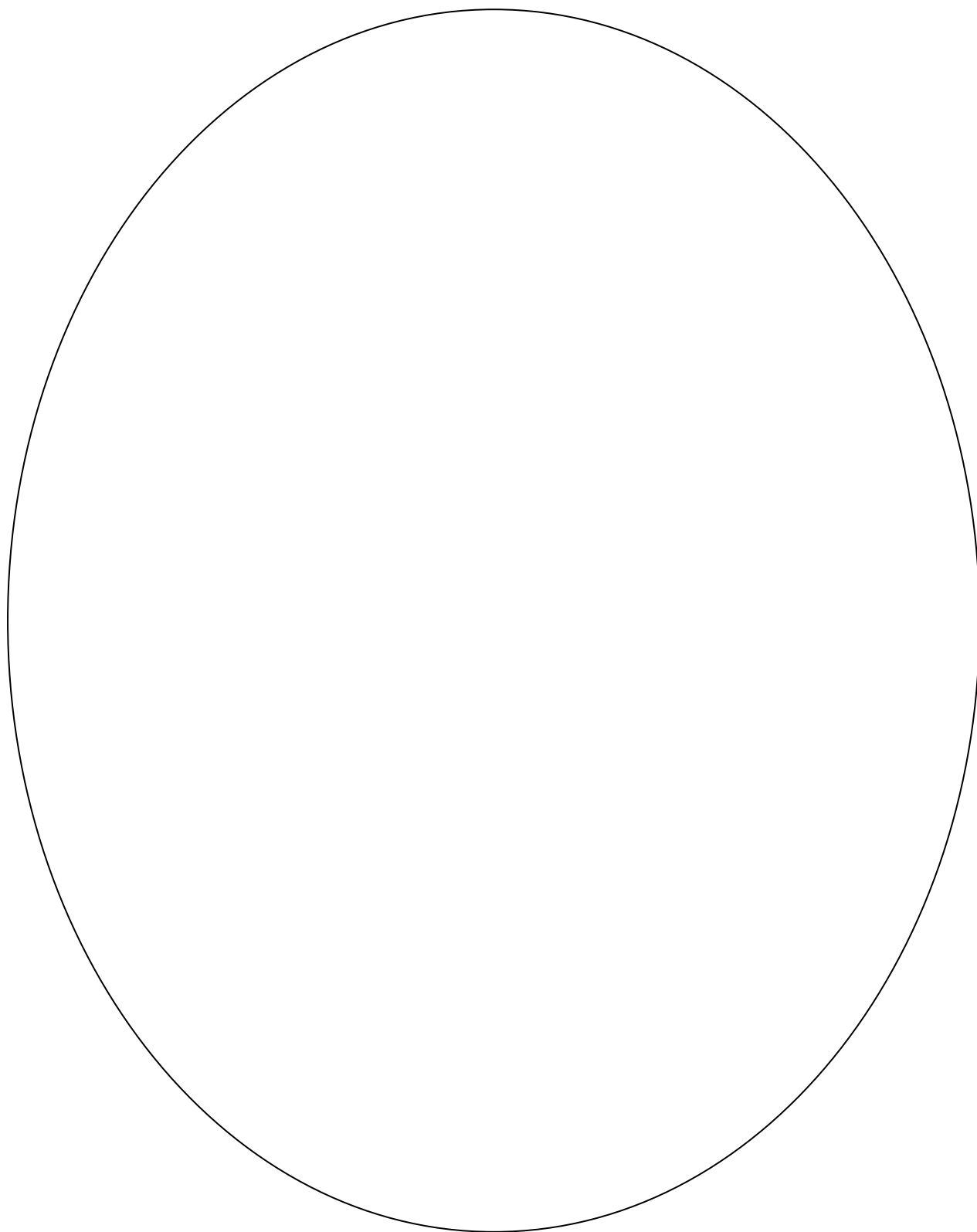


---





**Задание 4.** Вообразите такое зеркало, в которое могло бы взглянуть все человечество. Что бы оно увидело в зеркальном отражении? Попробуйте изобразить в виде коллажа (рисунка) то, что бы вы хотели увидеть в зеркале человечества.







## Уроки 31-32

## ПРАВСТВЕННЫЙ ВЫБОР НА ЖИЗНЕННОМ ПУТИ



Основой для хорошей жизни человека должны стать честный труд, совестливый разум, искреннее сердце. Вот три качества, которые должны властвовать над всем. Без них не обрести в жизни мира и согласия.

*Шакарим Кудайбердыев*



**Задание 1.** Прочитайте размышления современного казахстанского философа и российского писателя о совести. Что в них общего? Авторы задают себе и читателю множество вопросов. Попробуйте ответить на них.

...Что же есть совесть? Совесть - понятие, которое используют в связи с человеком. Правда, некоторая часть ученых - зоологов утверждает, что у животных, особенно у домашних, проявляется такая черта, как стыдливость, но это не так. И стыд, и совесть - суть феномены, присущие только человеку. Но присуще ли это качество всему человечеству, или нужно говорить об отдельных личностях, у которых ее следует искать? Возможно ли существование человека без совести?...Обидевшись на кого-нибудь, мы называем его бессовестным. Так, значит, люди без совести в жизни встречаются? ...

Лично я полагаю, что на свете абсолютно бесчестных людей нет, ибо тогда человек теряет свой человеческий облик. Именно совесть сохраняет человеческое в человеке... Если представить, что совесть у человека отсутствует напрочь, то это уже не человек, он теряет свою человеческую сущность. Что бы ни делал человек, он совершает свои поступки в человеческом облике, если только это не клон. Человек, рожденный от человека, приходит в мир человеком, абсолютно бесчестным он быть не может. Прожив жизнь, уходит из жизни человеком. Проблема в том, как он эту жизнь проживет...

Совесть - внутренняя тайна человека, нам не подвластная. Иногда мы пытаемся выведать тайну знакомого нам человека, но ничего из этого не выходит. У каждого есть своя тайна, известная только ему одному...и нет-нет да, пожалуй, и проскользнет в разговоре, что, мол, совесть моя чиста. Чем же измеряется мера этой чистоты, где ее параметры?

И вообще, что значит понятие чистая совесть? ...

Возвращаясь к вопросу о том, кого считать человеком, имеющим стыд, честным человеком, скажу, что, на мой взгляд, таковым можно назвать человека, осознающего, что он совершил постыдный поступок, и осуждающего себя за это. Думаю, что вряд ли найдется смертный, не совершивший за свою жизнь ни одного постыдного поступка. Дело не в этом, проблема в том, что люди, совершив постыдный поступок, не осознают этого. Абай так определял

стыд: «Стыд - это муки, на которые ты себя обрекаешь, когда осознаешь всю постыдность своих действий или слов».

Иными словами, стыд - это внутренняя цензура, и на мой взгляд, это проявление совести, которая является внутренней энергией, силой человеческого в человеке...

Таким образом, когда мы говорим о человеческом в человеке, мы должны остановиться на трех понятиях: *стыд*, *честь*, *совесть*, являющихся основой человеческого. Отсутствие хотя бы одного из них ведет к потере цельного человека.

*(ГарифоллаЕсим, фрагменты из книги «Наука совести»)*

Я спрашиваю себя: а зачем человеку навязали эту самую совесть, ведь никто не мешает отмахнуться от неё, какой от неё прок, если она не приносит никаких выгод, если не даёт человеку преимуществ ни карьерных, ни материальных? Благодаря чему она существует, совесть, которая грызёт и мучает, от которой порой не отвяжешься, не отступишься? Откуда она взялась? На самом деле в течение жизни мы убеждаемся, что она исходит из глубины души и не бывает ложной. Она не ошибается. Поступок по совести не обесценивается, не приводит к разочарованию...

Бессовестность сегодня многие стремятся оправдать: «Ничего не поделаешь, таково наше общество». Можно, конечно, считать, что наше общество унаследовало советскую мораль, когда никто не каялся, участвуя в репрессиях, когда поощряли доносчиков, стукачей. Но при чём тут совесть? Она относится к личности, она принадлежит душе, единственной, неповторимой, той, что нас судит.

*(Даниил Гранин, фрагменты из книги "Причуды моей памяти)*

Что такое совесть? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Присущи ли стыд и совесть всему человечеству или только отдельным личностям? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Возможно ли существование человека без совести? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Что означает понятие «чистая совесть» Чем можно измерить чистоту совести? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Зачем человеку нужна совесть? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



**Задание 2.** Прочтите высказывания о совести. В каких образах представляется совесть авторам изречений? Какой из этих образов вам ближе? Почему? Попробуйте изобразить совесть в виде какого-либо поступка, образа или символа.

- О совесть, наших дел закон и обвинитель.  
Свидетель и судья! (В.А. Жуковский);
- Совесть – тайник души, в котором отзывается одобрение или осуждение каждого поступка..." (В.Н. Даль);
- Совесть – это как компас, который дает возможность человеку не сбиться с пути, который дает оценку человеческим поступкам и деяниям. (Г. Есим)
- Совесть – это моральный светильник, озаряющий хороший путь; но когда сворачивают на плохой, его разбивают. (Ф. Гегель)



Г.И. Калиева, Т.В. Леканова, Н.Н. Маркус

**САМОПОЗНАНИЕ**

Тетрадь для 10 класса общеобразовательной школы

Художник Д. Алиева

10

