

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ШКОЛА № 5 ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРЛОВКА»
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО

Протокол от « 29 » 08 2024 г. № 1

Руководитель ШМО

Е.Г. Жаворонко

СОГЛАСОВАНО

заместителя директора

М.А. Плешкова

« 30 » 08 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ «ШКОЛА №5
Г.О. ГОРЛОВКА»

А.В. Стефанова

« 30 » 08 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**Факультативного курса «Основы психологии»
для обучающихся среднего общего образования
10-11 классов**

Рабочую программу составила:
Быстрякова Лина Владимировна

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативная база, на основе, которой разработана Рабочая программа

Федеральные государственные образовательные стандарты основного общего образования (ФГОС СОО) ориентированы на становление личностных характеристик выпускника. Согласно ФГОС СОО, личностные результаты освоения образовательных программ включают готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, социальные компетенции, правосознание, способность ставить цели и строить жизненные планы. Повышение уровня психолого-педагогической поддержки школьников наиболее эффективно, если стимулировать самоорганизацию, самостоятельность, самопознание у самих детей, т.е. формировать у них психологическую компетентность.

Данная программа представляет собой профильный курс педагогического образования, который должен сформировать у обучающихся первоначальные общие представления о педагогической деятельности, основах психологии, необходимые для их осознанного выбора профессии.

Программа «Основы психологии» составлена на основе нормативной базы:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 19.12.2023 № 618-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказ Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (Зарегистрирован 07. 06. 2012 г. N 24480);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413» (Зарегистрирован 12.09.2022 № 70034);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации № 62 от 01.02.2024 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ основного и среднего общего образования» (Зарегистрирован 29.02.2024 № 77380);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 371 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования» (Зарегистрирован 12.07.2023 № 74228);

Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"(Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28);

Устав ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «ШКОЛА № 5 ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРЛОВКА» ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ.

Положение о языке обучения и воспитания.

Программа воспитания ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «ШКОЛА № 5 ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРЛОВКА» ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ.

Цель преподавания психологии в школе — это овладение каждым школьником элементарной психологической культурой, которая является частью общей культуры и обеспечивает ему полноправное вступление в самостоятельную жизнь, развитие готовности к полноценному взаимодействию с миром.

Данный учебный курс направлен на решение психолого-педагогических задач, обеспечивающих становление личности ребенка:

- формирование общих представлений о психологии как науке;
- пробуждение интереса к другим людям и самому себе;
- развитие интеллектуальной сферы;
- развитие самосознания, эмоциональной сферы.

Общая характеристика учебного предмета

Преподавание курса психологии представляется актуальной и важной задачей образования, получившего социальный заказ на подготовку подрастающего поколения к жизни в правовом демократическом государстве. Именно личностные, психологические факторы выступают на первый план в работе над этой важной задачей. Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, понимание интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить свои отношения с окружающими, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом — все это относится к необходимым компонентам личности гражданина демократического общества.

Освоение учебного материала даст обучающимся возможность приблизиться к пониманию феномена человека, уникальности его внутреннего мира и неразрывной связи с миром внешним, другими людьми, нациями, человечеством в целом. Обучающиеся смогут научиться моделировать свое будущее, принимать решения, делать выбор и нести за него ответственность, отстаивать свои права, уважая интересы других людей, что позволит ощущать себя полноправными гражданами общества, активными субъектами деятельности и социальной действительности.

В 10-м классе учащиеся знакомятся с видами жизненного самоопределения человека: личностным, профессиональным, социальным; усваивают сущность понятия психологической готовности к самоопределению, осознают, что юношеский возраст является наиболее благоприятным и ответственным периодом самоопределения.

В 11 -м классе учащиеся знакомятся с основными областями применения психологических знаний, получают представление о различных аспектах психологической культуры как части общей культуры и ее роли в повседневной жизни человека.

Количество часов, на которое рассчитана Рабочая программа

Программа внеурочной деятельности «Психолого-педагогический класс» относится к программам социального направления.

Учебным планом на изучение основ психологии отводится: по 1,5 часа в неделю в 10 и 11 классах.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.
2. Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
3. Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими

людьми и достигать в нём взаимопонимания.

4. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.
5. Стремление к поиску наиболее эффективных способов учебной деятельности.
6. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.
7. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1. Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
2. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
3. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
4. Активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач;
5. Определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

10-11 КЛАСС

1. Знание общественно-исторической обусловленности человеческих способностей.
2. Понимание психологических механизмов развития способностей.
3. Понимание роли общих способностей для достижения успешности в обучении и в жизни.
4. Формирование представления о специальных способностях и их связи с различными видами человеческой деятельности.
5. Формирование представления о том, что роднит понятия «способности», «талант», «гениальность» и что дает основания их различать.

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

10 КЛАСС

Раздел 1. Юность -пора самоопределения.

Тема. Вводное занятие. Цели и задачи курса. Предмет психологии.

Ввести обучающихся в новую для них область психологических знаний- психологию. Сформировать представления об основных теоретических сведениях научной психологии.

Тема. Возрастные периоды развития. Роль наследственности, среды и воспитания в развитии.

Представления о возрастных периодах развития жизни. Особенности личностного развития каждого возрастного этапа онтогенеза. Сформировать представления о влиянии среды и наследственности на развитие человека.

Тема. Юношество. Возрастные особенности старшеклассников.

Особенности юношеского возраста. Новообразования и ведущая деятельность юношеского возраста. Роль кризиса юности.

Тема. Психологическая готовность к самоопределению.

Самоопределение как новообразование юношеского возраста. Сущность самоопределения и влияние на жизнь человека. Самоопределение и профессиональная деятельность.

Тема. Ценностные ориентиры.

Понятие «мировоззрение» в контексте самоопределения. Жизненные ценности, влияние на формирование самоопределения. Ценности юношеского возраста. Смысл жизни.

Раздел 2. Познавательные процессы, способности.

Тема. Внимание.

Представление о познавательных процессах. Анализ видов, структуры, механизмов познавательных процессов. Индивидуальные особенности внимания. Навыки регуляции произвольного внимания. Обучить приемам развития внимания.

Тема. Память.

Представления о свойствах и видах памяти, механизме запоминания. Выявление индивидуальных особенностей памяти, освоение мнемотехник.

Тема. Мышление.

Представления о понятии мышления, процессах и операциях мышления. Освоить приемы развития логического мышления.

Тема. Обобщение по темам внимание, память, мышление.

Представления о взаимосвязи внимания, памяти, мышления. Влияние познавательных процессов на выбор профессии.

Тема. Интеллект.

Представления о способностях, факторы, влияющие на развитие способностей. Сущность понятия интеллект. Определение уровня интеллекта.

Тема. Творческие способности. Креативность.

Представления о понятиях творческих способностях и креативности. Определить соотношение креативности и интеллекта. Отработка приемов активизации мыслительной деятельности.

Тема. Мозг и психика. Межполушарная асимметрия мозга.

Представления о функционировании психики человека, особенности функционирования правого и левого полушария, специализация полушарий.

Тема. Обобщающий.

Сформировать представления об индивидуальном развитии познавательных процессов. Влияние познавательных процессов на развитие человека.

Раздел 3. Саморегуляция.

Тема. Стресс.

Сформировать представления о понятии «стресс», проанализировать влияние стресса и дистресса на организм человека. Выработать пути адаптивной стратегии поведения в стрессовых ситуациях.

Тема. Саморегуляция.

Представления о различных методах саморегуляции эмоциональных состояний. Овладение некоторыми приемами аутотренинга и релаксации, навыками преодоления негативных эмоций.

Тема. Профилактика аддиктивного поведения.

Представления о понятии аддиктивного поведения, анализ стадий формирования зависимого поведения. Формирование установки на необходимость здорового образа жизни.

Тема. Позитивное мышление.

Представления о позитивном мышлении. Развитие навыков позитивного мышления.

Тема. Обобщающий.

Формирование представлений о личных приемах саморегуляции.

Раздел 4. Личность.

Тема. Теория личности (З. Фрейда, А. Адлера, Бихевиоризм)

Представления о психологии личности, путях формирования личности. Рассмотреть основные теории личности в психологии.

Тема. Гуманистическая теории личности (А. Маслоу)

Понимание особенностей гуманистической теории личности. Представления об иерархии потребностей.

Тема. Темперамент.

Представления о психодинамических особенностях личности, истории развития учения о темпераменте. Углубленное само понимание, развитие навыков самоанализа.

Тема. Характер.

Понятие характера. Освоение индивидуальных особенностей и черт характера, развитие навыков самоанализа самовоспитания.

Тема. Самосознание. Самоотношение.

Структура и функции самопознания, понятие «Я- концепции». Углубленное самопонимание и самопознание.

Тема. Эмоции и чувства.

Представления об эмоциональной сфере. Формирование важности эмоциональной регуляции жизнедеятельности. Навыки идентификации эмоционального состояния.

Тема. Дружба.

Понятие дружба, развитие навыков конструктивного поведения в дружеских отношениях.

Раздел 5. Защита проектов.

Определение темы проекта/исследования. Этапы работы над проектом/исследованием. Методы исследования. Технология составления плана работы. Определение цели, задач проекта, методов. Выбор темы индивидуального проекта.

Алгоритм работы с литературой. Алгоритм работы с интернет-ресурсами. Работа с электронным каталогом библиотеки. Что такое плагиат и как его избегать в своей работе.

Практическая работа. Формулирование темы, определение актуальности темы, проблемы, цели, задач, выбор предмета и объекта. Составление плана работы. Работа с информационными источниками. Информационные ресурсы на бумажных и на электронных носителях. Практическое занятие. Публичное выступление. Предварительная защита проектов и исследовательских работ. Представление результатов учебного проекта.

11 КЛАСС

Раздел 1. Юность-пора самоопределения.

Тема1. Вводное занятие. Цели и задачи курса.

Сформировать представления об основных теоретических сведениях научной психологии.

Тема 2. Особенности развития личности.

Представления о психологических особенностях личности юношеского возраста. Понимание образа Я, представление о самооценке.

Тема 3. Моделирование будущего. Цели и задачи.

Понимание смысла жизни, выбора цели жизненного пути, продумывание жизненного плана. Формирование навыков постановки ближайших и дальних целей.

Тема 4. Стратегии выбора профессии. Построение личной профессиональной перспективы.

Учет индивидуальных особенностей при выборе профессии. Влияние мировоззрений и жизненных ценностей на выбор профессии.

Тема 5. Профессиональный тип личности (методика Годдана)

Учет индивидуальных особенностей при выборе профессии.

Тема 6. Деловая игра «Профессиональная проба»

Учет индивидуальных особенностей при выборе профессии. Формирование представлений о трудностях определенных профессий.

Раздел 2. Общение. Структура, функции и средства общения.

Тема 7. Общение. Структура и средства общения.

Основные представления о психологии общения. Представление о понятии общения. Анализ структуры и средств общения.

Тема 8. Невербальные средства общения.

Понятие невербального общения, овладение приемами невербальной коммуникации, развитие навыков интерпретации невербальных сигналов в общении.

Тема 9. Речевые средства общения.

Представление речевого общения, распознавание эмоционального состояния людей по интонации, влияние интонации на межличностное общение.

Тема 10. Позииции в общении.

Понятия о позициях в общении, представление об эго-состояниях личности. Анализ преимуществ и недостатков разных позиций в общении.

Тема 11. Стили общения.

Представление о стилях общения. Анализ эффективных стилей общения, освоение правил этикета.

Тема 12. Манипулирование.

Представление о неконструктивном общении. Понимание сущности манипуляции, анализ причин манипуляции. Развитие навыков распознавания и противостояния манипулирования.

Тема 13. Урок-дискуссия «Что мешает открытому общению?»

Освоение навыков открытого общения, анализ трудностей общения.

Раздел 3. Условия и технологии эффективной коммуникации.

Тема 14. Механизмы межличностного воспитания.

Представление межличностного восприятия. Анализ основных феноменов межличностного восприятия. Развитие способности понимания влияния механизмов восприятия на процесс общения.

Тема 15. Психологические защиты.

Представление о механизмах психологической защиты, видах психологической защиты. Развитие навыков распознавания и анализа особенностей проявлений психологических защитных механизмов.

Тема 16. Барьеры в общении.

Понятие барьеры общения. Представления об основных психологических феноменах, препятствующих эффективному общению.

Тема 17. Конструктивное общение. Контроль эмоций.

Понятие конструктивного общения. Представление о приемах управления эмоциями и конструктивного реагирования на негативные эмоции. Формирование выработки собственных способов конструктивного общения.

Тема 18. Активное и пассивное слушание.

Понятие эффективного общения. Представления об активное и пассивное слушание. Освоение навыков активного и эмпатического слушания.

Тема 19. Приемы расположения к себе. Самопрезентация.

Представления о способах расположения к себе партнера. Овладение навыками самопрезентации. Анализ функций знаков внимания.

Раздел 4. Структура преодоления конфликтов.

Тема 20. Конфликт. Стили разрешения конфликтов.

Понятие конфликта. Представление различных стилей конфликта. Углубленное само понимание, определение собственного стиля поведения в конфликте.

Тема 21. Управление конфликтом.

Представление о конструктивных способах поведения в конфликте. Анализ методов управления конфликтом. Развитие навыков творческого разрешения конфликтных ситуаций.

Раздел 5. Психология семейных отношений.

Тема 22. Мы разные.

Понятие семья. Представление о роли мужчины и женщины в семейных отношениях. Осознание гендерных различий.

Тема 23. Психологические аспекты семейного отношения.

Представления об истории развития института семьи. Факторы стабильного брака. Освоение некоторых методов конструктивного разрешения конфликтов в семье.

Тема 24. Функции семьи. Стили семейного воспитания.

Представления о функциях семьи. Осознание воспитательной функции семьи. Грамотное и неграмотное воспитание. Углубленное понимание собственных ожиданий от брака.

Раздел 6. Психология малых групп и коллективов.

Тема 25. Понятие малой группы и коллектива.

Представления о видах и особенностях малой группы. Понимание распределения ролей в коллективе.

Тема 26. Лидерство.

Понятие лидер и лидерства. Представление о типах лидерства, стилях управления коллективом. Представление о психологических качествах лидера.

Тема 27. Социально-психологические особенности взаимодействия людей в малой группе. Конформизм.

Понятие групповой нормы и конформизма. Представление о феномене группового давления. Развитие навыков отстаивания своей позиции.

Тема 28. Развитие навыков уверенного отказа.

Представление о развитии и способности противостоять давлению. Формирование навыков уверенного отказа.

Раздел 7. Деловое общение.

Тема 29. Деловая беседа.

Представление о деловой беседе, эффективных приемах ведения деловой беседы. Тактики и стили ведения беседы. Развитие навыков грамотного построения делового разговора.

Тема 30. Психологические особенности публичного выступления.

Представление о компонентах и стратегиях публичного выступления. Развитие навыков публичного выступления.

Тема 31. Заключение. Психологические аспекты.

Представления о приемах, позволяющих быть более успешным на экзамене. Формирование навыков преодоления тревоги и волнения в условиях экзамена.

Раздел 8. Проектная работа.

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 10 КЛАСС

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов
1	Раздел 1. Юность-пора самоопределения	10
2	Раздел 2. Познавательные процессы, способности	14
3	Раздел 3. Саморегуляция	9
4	Раздел 4. Личность	12
5	Раздел 5. Организация проектной деятельности обучающихся	4
	Итого	49

11 КЛАСС

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов
1	Раздел 1. Юность-пора самоопределения	9
2	Раздел 2. Общение. Структура и средства общения	9
3	Раздел 3. Условия и технологии эффективной коммуникации	12
5	Раздел 4. Психология семейных отношений	3
6	Раздел 5. Психология малых групп и коллективов	10
8	Раздел 6. Организация проектной деятельности обучающихся	4
	Итого	47

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Библиографический список методических и учебных пособий, используемых в образовательном процессе

1. Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений. СПб.: Питер, 2009
2. Леонтьев А.А. Психология общения. М.: Смысл, 2005.
3. Подгурецкий Ю. Социальная коммуникация. М.: Гелиос АРВ.2006.
4. Айзенк Р. Познай свои способности! М., 1992.
5. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1989.
6. Журнал «Школьный психолог» № 40, 2000 г.
7. ИГРЫ, обучение, тренинг, досуг//под ред. Петрусинского В.В. М.: Новая школа, 1994.
8. Как улучшить собственную память. Екатеринбург: Диамонт, 1992.
9. Коломинский Я.Л. Человек: психология. М.: Просвещение, 1987.
10. Колпачников В.В. Психологический практикум общения и самопознания. Программа курса для старшеклассников// Методические рекомендации по образовательной области «Технология» Екатеринбург: Изд-во ИРРО, 1996.
11. Никитин Б.П. Ступеньки к творчеству, или Развивающие игры. М.:Просвещение, 1990.
12. Психология.Словарь// под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского, 1990.
13. Тактильная память//составитель Матюгин И.Ю. М.: Центр «Эйдос», 1991.
14. Ты меня понимаешь?// составитель Васильева Т.В., С-Петербург, 1994.
15. Чистякова С.Н. Технология профессионального успеха. 10, 11 класс. Просвещение 2014

Дополнительная литература

16. «Психология» 10-11 класс А.Д. Андреевой, Е.Е. Даниловой, И.В. Дубровиной, Д.В. Лубовского, А. М. Прихожан, Н.Н. Толстых, 2007.
17. Пономаренко Л. П., Белоусова Р. В, Основы психологии для старшеклассников: пособие для преподавателя: в 2 ч. М.: Гуманит. Изд. Центр Владос, 2002
18. Преподавание психологии в школе (3-11 кл.) учебно-методическое пособие под

ред. И.В.Дубровиной. М. , 2007г. .А.Д. Андреевой, Е.Е. Даниловой, И.В. Дубровиной, Д.В. Лубовского, А. М. Прихожан, Н.Н. Толстых.

19. Я.Коломенский «Основы психологии» Учебник для учащихся старших классов и студентов первых курсов высших учебных заведений.

Литература, рекомендованная для обучающихся:

1. Андреев О.А. Учимся быть внимательными / О.А. Андреев. Ростов н/Д: Феникс, 2004

2. Бьюзен Т. Максимально используйте свой разум / Т.Бьюзен. Минск,2004.

3. Гамезо М.В. Атлас по психологии: Информационно-методическое пособие по курсу «Психология человека» / М.В. Гамезо, И.А. Домащенко М.: Педагогическое общество России, 2001.

4. Жариков Е.С. Для тебя и о тебе / Е.С. Жариков, Е.Л. Крушельницкий М.: Просвещение, 1991.

5. Тертель А.Л. Психология в вопросах и ответах: Учебное пособие/ А.Л.Тертель М.: Проспект, 2005.

6. Бабушкина Т. Что хранится в карманах детства. Уроки фантазии. / Т.Бабушкина М.: Издательство «Атлант»,2004.

Цифровые образовательные ресурсы:

<http://pedsovet.org/> - Всероссийский интернет-педсовет;

<http://it-n.ru/> - сеть творческих учителей;

<http://viki.rdf.ru/> - детские электронные презентации и клипы;

<http://festival.1september.ru/> - Фестиваль педагогических идей "Открытый урок"

www.alleng.ru – сайт информационных ресурсов;

<http://www.ug.ru> - сайт «Учительской газеты»;

<http://www.kinder.ru/default.htm> - Интернет для детей;

<http://www.km.ru> – портал компании «Кирилл и Мефодий».

<http://catalog.iot.ru> – каталог интернет-ресурсов по образованию;

