


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  
 Н.В. Шелест

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора

 М.А. Плешкова

« 30 » 08 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ «ШКОЛА №5  
ГОРЛОВКА»

 А.В. Стефанова

« 30 » 08 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности «Основы психологии»**  
**для обучающихся основного общего образования**  
**8 и 9-А класса**

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 ООО) ориентированы на становление личностных характеристик выпускника. Согласно ФГОС ООО, 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 по психологии составлена на основе нормативной базы:

1. Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 №413 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»;
3. Письмо Минобрнауки РФ от 12 мая 2011 № 03–296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
4. Письмо Министерства просвещения РФ от 5 сентября 2018 г. № 03-ПГ-МП-42216 «Об участии учеников муниципальных и государственных школ РФ во внеурочной деятельности»;
5. Письмо Минобрнауки РФ от 12 мая 2011 № 03–296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования».
6. 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);
7. Устав ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «ШКОЛА № 5 ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРЛОВКА» ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ.
8. Положение о языке обучения и воспитания.
9. 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 8-м классе учащиеся знакомятся с основными понятиями психологии, психологическими терминами.

В 9-м классе учащиеся учатся познать себя и свои индивидуальные особенности.

### **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 одному часу в неделю в 8 и 9 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.

## ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### 8-9 КЛАСС

1. Понимание терминологии, предусмотренной разделами программы;
2. Приобретение представлений об истории развития педагогической и психологической науки;
3. Формирование представлений об индивидуально-психологических и индивидуально-типологических особенностях личности;
4. Формирование представлений о познавательной сфере личности (ощущение, восприятие, внимание, память, мышление);
5. Формирование представлений об эмоционально-волевой сфере личности;
6. Приобретение знаний о феноменах межличностного взаимодействия (убеждение, влияние, психология лжи, манипуляция и контрманипуляция);
7. Формирование умения осуществлять мини-исследования педагогического и психологического характера.

## 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### 8 КЛАСС

#### Модуль 1. Введение в профессию.

##### Тема 1. Психология как наука и как практика жизнедеятельности человека.

Житейская, научная и прикладная психология. Различные значения термина психология. Научное и житейское психологическое знание.

##### Тема 2. Психология как профессия.

Человек на пороге профессионального самоопределения. Интересы. Мир возможных увлечений и занятий. Жизненные перспективы и пути их реализации. Мотивация выбора профессии (социально-экономические, познавательные, индивидуально-личностные аспекты). Стадии профессионализации личности.

Практическое занятие. Моя профессия.

#### Модуль 2. Психология общения.

##### Тема 1. Коммуникативные навыки и умения

Искусство общения как одна из основных ценностей человека. Понятия «общение», «собеседник». Общение и его слагаемые. Виды и функции общения. Вербальное и невербальное общение. Условия эффективности разговора.

Речевые средства общения: интонация, темп и громкость речи, форма изложения. Активное и пассивное слушание: задачи, решаемые во время слушания. Барьеры общения.

Практическое занятие. Искусство публичного выступления.

##### Тема 2. Навыки эффективного общения

Искусство общения в группе. Понимаю ли я окружающих? Мой стиль общения.

Представление о коммуникативной компетентности. Стороны общения. Интонация. Мимика, жесты, поза, взгляд, язык. «Я-высказывания». «Лестница коммуникативного мастерства».

Практическое занятие. Организация и проведение парламентских дебатов.

### **Тема 3. Социальные роли, социальное положение**

Понятия «альтруизм», «эгоизм», «смысл жизни». Феномен дружбы, выработка правил-отношений, сохраняющих дружбу. «С кем поведешься, от того и наберешься». Роли ближайшего окружения как источника поддержки. Социальное проектирование, специфика, основные правила составления проектов, оформление работы.

### **Тема 4. Конфликты и пути их разрешения**

Самоуправление в конфликте. Стили: соперничество, приспособление, избегание, сотрудничество, компромисс. Упражнения «Компромисс». «Отцы и дети»: конфликты поколений. Упражнения «Паутина предрассудков». Толерантность, признаки нетерпимости, толерантные подходы в конфликте.

Практическое занятие. Игра «Наш классный договор». Письмо себе.

### **Тема 5. Культура виртуального общения**

Основы публичного выступления, ораторское искусство, культура речи. Неформальное общение. Деловое общение. Этика и культура делового общения. Понятия «мотивация», «целеполагание», «планирование», «успех». Карьера.

Практическое занятие. Упражнение «Карьера великих». Упражнение «Я через 5 лет».

## **Модуль 3. Организация проектной деятельности обучающихся.**

Введение. Особенности проектной и исследовательской деятельности. Основные требования к исследованию. Виды индивидуальных проектов. Основные технологические подходы. Особенности монопроекта и межпредметного проекта.

Подбор противоречивых фактов, интересной информации, продумывание проблемных ситуаций.

Определение темы проекта/исследования. Этапы работы над проектом/исследованием. Методы исследования. Технология составления плана работы. Определение цели, задач проекта, методов. Выбор темы индивидуального проекта. Определение целей, задач исследования, выдвижение гипотез, определение предмета и объекта изучения и методов.

Алгоритм работы с литературой. Алгоритм работы с интернет-ресурсами. Работа с электронным каталогом библиотеки. Что такое плагиат и как его избежать 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.

## **9 КЛАСС**

### **Модуль 1. Основы психологии**

#### **Тема 1. История развития психологической науки**

Введение в психологию, ее отрасли и методы. Основные направления и теории психологической науки. Психология сознания. Сознание, его свойства и структура. Бихевиоризм. Психоанализ. Гештальтпсихология. Гуманистическая и когнитивная психология. Отечественная психологическая школа.

Практическое занятие: Становление психологической науки.

#### **Тема 2. Психология личности**

Темперамент и характер. Самооценка. Возрастная психология и психология развития. Гендерная психология. Психология индивидуальных различий. Психофизиология. Нейропсихология.

Практическое занятие: Определение акцентуаций характера.

### **Тема 3. Психология эмоций. Психология ощущений и восприятия. Психология памяти и внимания.**

Теории эмоций, виды эмоций, роль эмоций в жизни человека и животных. Психические процессы, свойства и состояния. Физиологическая основа восприятия. Чувствительность. Пороги чувствительности. Познавательные процессы: внимание и память. Виды внимания: непроизвольное, произвольное и послепроизвольное. Способы управления вниманием. Виды памяти. Этапы процесса запоминания. Роль забывания в психологическом здоровье личности.

Практическое занятие: Язык эмоций, способы управления эмоциями.

### **Тема 4. Психология мышления. Психология убеждения и влияния. Психология лжи.**

Теории мышления. Мышление и интеллект. Приемы решения интеллектуальных задач. Активное социально-психологическое обучение. Особенности восприятия информации разными людьми. Убедительность и доказательность речи. Особенности устной и письменной коммуникации. Психология внушения, заражения. Психология толпы.

Манипуляции и контрманипуляции Теории лжи. Виды лжи. Способы диагностики лжи. Причины, способы манипулирования.

Практическое занятие: Феномены психологического влияния.

### **Тема 5. Психология мотивации и воли**

Понятие воли, структура волевого акта. Причины лени и слабой воли. Понятие мотива. Виды мотивов, внешняя и внутренняя мотивация. Саморегуляция и самоорганизация.

Практическое занятие: Тренинг самопрезентации.

### **Тема 6. Психология стресса**

Роль стресса в жизни человека. Эустресс и дистресс. Стадии формирования стрессового состояния, факторы, вызывающие стресс.

Практическое занятие: Способы управления стрессом.

### **Модуль 5. Организация проектной деятельности обучающихся.**

Введение. Особенности проектной и исследовательской деятельности. Основные требования к исследованию. Виды индивидуальных проектов.

Подбор противоречивых фактов, интересной информации, продумывание проблемных ситуаций.

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.

#### 4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

##### 8 КЛАСС

№ п/п	Наименование темы		Количество часов
<b>Образовательный кластер</b>			
1	Модуль 1 Введение в профессию	Тема 1. Психология как наука и как практика жизнедеятельности человека	2
		Тема 2. Психология как профессия	3
2	Модуль 2. Психология общения	Тема 1. Психология общения. Коммуникативные навыки и умения	5
		Тема 2. Навыки эффективного общения	6
		Тема 3. Конфликты и пути их разрешения	5
		Тема 4. Культура виртуального общения	4
	Модуль 3.	Организация проектной деятельности обучающихся	9
		<b>Итого</b>	<b>34</b>

##### 9 КЛАСС

№ п/п	Наименование темы		Количество часов
<b>Образовательный кластер</b>			
1	Модуль 1 Основы психологии	Тема 1. История развития психологической науки	4
		Тема 2. Психология личности	4
		Тема 3. Психология эмоций. Психология отношений и восприятия. Психология памяти и внимания	5
		Тема 4. Психология мышления. Психология мышления. Психология убеждения и влияния. Психология лжи.	4
		Тема 5. Психология мотивации и воли	4
		Тема 6. Психология стресса	3
2	Модуль 2.	Организация проектной деятельности обучающихся	10
		<b>Итого</b>	<b>34</b>

## **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. - 576 с.
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. Домашенко 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](http://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;