


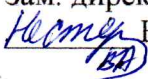
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Приморского края

МКУ «Управление образования» Шкотовского муниципального района

Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение «средняя общеобразовательная школа № 26
пос. Новонежино»

Рассмотрено
на МО учителей гуманитарных
наук
Протокол № 1
от «30» 08. 2022 г.
Руководитель ШМО
 Т.Г. Сенюк
(Ф.И.О.)

Согласовано
Зам. директора по УВР
 В.А. Нестерова
(Ф.И.О.)
Протокол № 1
от «30» 08. 2022 г.

Утверждаю
Директор МБОУ «СОШ
№ 26 пос. Новонежино»



 Е.В. Лемишко
(Ф.И.О.)

Приказ № 89
от «01» 09. 2022 г.

**Рабочая программа факультативного курса
«Основы психологии»
10-11 класс
среднего общего образования
(срок реализации программы – 2022 – 2024 учебный год)**

Составитель: Головки Светлана Сергеевна,
учитель высшей категории

пос. Новонежино 2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа факультативного курса «Основы психологии» для 10-11 классов разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, требований к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования, учебного плана ФГОС СОО МБОУ «СОШ № 26 пос. Новонежино».

«Основы психологии» на уровне среднего общего образования изучается в 10-11 классах в качестве курса по выбору обучающихся.

Изучение факультативного курса «Основы психологии» как курса по выбору обучающихся должно обеспечить: удовлетворение индивидуальных запросов обучающихся школы; развитие личности обучающихся, их познавательных интересов, интеллектуальной и ценностно-смысловой сферы; развитие навыков самообразования и самопроектирования; углубление, расширение и систематизацию знаний в области психологии; совершенствование имеющегося и приобретение нового опыта познавательной деятельности; создание условий для профессионального самоопределения обучающихся.

Рабочая программа «Основы психологии» составлена на основе программы учебного курса по психологии для 10 класса (под ред. И.В. Дубровиной, 2018) и Пономаренко Л.П., Белоусовой Р.В. Основы психологии для старшеклассников (Пособие для педагога: В 2 ч.

– М.: Гуманитарный Изд. Центр ВЛАДОС, 2011. – Ч.1. Основы психологии: 10-11 класс).

Цель:

Формирование гуманистического мировоззрения и психологической культуры учащихся, развитие социальных компетенций учащихся.

Задачи:

- способствовать самораскрытию и развитию способностей учащихся;
- развить компетенции рефлексии и самоанализа своих чувств, желаний, поступков;
- развить способность понимания чувств и мотивов поведения других людей;
- обучить приемам саморегуляции в стрессовых ситуациях;
- обучить приемам творческого преодоления конфликтов.

В формировании определённых важных качеств, в воспитании личности патриотического гражданина, развитии социальной компетентности подрастающего поколения важную роль играет повышение *психологической культуры*, которая, в первую очередь, включает понимание самого себя, осознание своей роли и места в обществе, формирования навыков рефлексии, учёта потребностей и интересов других людей, решение проблем конструктивным способом. Развитие адекватной самооценки, уважения к самому себе – необходимое условие формирования правовой культуры, выработка собственной позиции, социальной активности.

Можно выделить ряд *общекультурных компетенций*, составляющих *психосоциальную компетентность* человека:

1. **Компетенции позитивного и конструктивного отношения к собственной личности** – способность познавать свой характер, свои достоинства, недостатки и желания. Эти компетенции дают возможность адекватно оценивать себя, свои способности и возможности. Они также являются основой для формирования чувства собственного достоинства.

2. **Компетенции позитивного общения** – способность взаимодействовать с окружающими. Эти компетенции помогают устанавливать и поддерживать дружеские взаимоотношения.

3. **Компетенции самооценки и понимания других** – способность адекватно оценивать себя и воспринимать других, осознанная возможность принять людей такими, какими они есть. Эти компетенции позволяют правильно вести себя в ситуациях общения и взаимодействия с различными людьми.

4. **Компетенции управления и самоуправления собственными эмоциями и эмоциональными состояниями** – способность адекватно реагировать на собственные эмоции и эмоции других людей.

5. **Компетенция самостоятельного принятия решения** – способность принимать конструктивные, взвешенные решения.

6. **Компетенция решения проблемных ситуаций** – помогает справиться с проблемами.

7. **Компетенции работы с информацией** – способность объективно анализировать, систематизировать и умело использовать информацию любого вида. Эти компетенции позволяют человеку легко и свободно ориентироваться в постоянно меняющейся жизненной ситуации.

8. **Компетенции творчества** – способность нестандартно, творчески решать различные задачи в любом виде деятельности, опираясь на свой собственный опыт и знания, а также на информацию об опыте, знаниях и достижениях других людей.

Повышение психологической культуры учащейся молодёжи предусматривает овладение основами общей психологии, социальной психологии и психологии общения. Настоящий курс направлен, прежде всего, на формирование и развитие психосоциальной компетентности старшеклассников, необходимой для успешного функционирования в обществе.

Данный учебный предмет 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

Психология не входит в число предметов, включенных в государственный стандарт среднего общего образования, однако необходимость ведения такого курса очевидна.

Главной задачей общего образования является образовательная деятельность, направленная на развитие личности и приобретение в процессе освоения основных общеобразовательных программ знаний, умений, навыков и формирование компетенции, необходимых для жизни человека в обществе, осознанного выбора профессии и получения профессионального образования. Возможность реализации целей и задач требует соответствующей перестройки содержания образования, введения новых предметов гуманитарного цикла, внедрения личностно-ориентированной системы обучения, использования активных форм и методов в процессе обучения. В состав учебного плана должны включаться не только предметы, которые подчинены цели формирования научного кругозора, познания окружающей среды, но и такие учебные курсы, которые позволили бы ученикам получить опыт познания самого себя, понимания других людей, механизмов и законов, которые влияют на межличностные отношения, сформировать навыки конструктивного взаимодействия с окружающими. Овладение социальными навыками должно осуществляться не стихийно, а стать целью воспитательного процесса.

Преподавание психологии в школе «дает возможность на соответствующих возрастных этапах становления личности способствовать развитию индивида как субъекта психической активности, способного брать на себя ответственность, самостоятельно ставить перед собой цели и находить пути их достижения, адаптироваться к жизни в сложных современных условиях».

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.

Методология программы:

Методической особенностью данной программы является проблемно-диалогический подход в обучении. Особую роль в творческом освоении знаний старшеклассников имеют проблемные вопросы. Их постановка позволяет включить учащихся в обсуждение, побудить высказать свою точку зрения, задуматься о неожиданных аспектах привычных событий или отношений. Выслушивая разные мнения, преподаватель должен поощрять активность учащихся, удерживаться от критических замечаний и категоричных оценок.

Диалогический характер обучения призван способствовать самостоятельному «открытию» школьниками различных аспектов психологических явлений и фактов; осознанию необходимости учета позиций, мнений, интересов и потребностей других людей в процессе межличностного взаимодействия, преимуществ конструктивных взаимоотношений с людьми для достижения собственных жизненных целей.

Основным принципом осуществления данной программы является создание атмосферы доверия и раскрепощенности, обстановки творческого поиска, в которой учащиеся смогут свободно высказывать свое мнение, разыгрывать ситуации, ролевые игры. Выполнять упражнения, что требует от преподавателя владения активными методами обучения, умения вести дискуссии, обсуждения, организовывать работу в малых группах, применять элементы психологического тренинга.

При проведении уроков преподаватель чаще выступает как фасилитатор, организующей конструктивное общение участников, что предполагает применение навыков активного слушания, гибкости и творческого подхода.

Формы и методы, используемые на уроках:

- обсуждение проблемных вопросов;
- дискуссии;
- анализ ситуаций;
- имитационные и ролевые игры;
- элементы социально-психологического тренинга;
- рисуночные методы;
- техники и приемы саморегуляции;
- метод направленного воображения;
- проведение и анализ результатов психологического тестирования.

Использование *интерактивных* методических средств позволяет наиболее эффективно решать поставленные задачи курса.

Усвоение учебного материала реализуется с применением основных групп методов обучения и их сочетаний:

1. Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности: словесные (рассказ, беседа), наглядных (иллюстрационных и демонстрационных), практических, и самостоятельная работа учащихся.

2. Методы стимулирования и мотивации учебной деятельности: познавательные игры, творческие задания.

3. Методы контроля и самоконтроля за эффективностью учебной деятельности: индивидуальный опрос, фронтальный опрос, письменные работы.

В процессе изучения курса используются следующие формы промежуточного контроля: тестовый контроль, проверочные работы, словарные диктанты.

Применяются следующие способы обучения: индивидуальный, индивидуально-групповой, групповой, коллективный.

В качестве средств обучения используются: учебно-наглядные пособия (таблицы), организационно-педагогические средства (карточки, раздаточный материал), мультимедийные средства, электронные образовательные ресурсы

В процессе обучения применяется следующие формы организации работы обучающихся: фронтальная, индивидуальная, парная, групповая, коллективная.

Описание места учебного предмета в учебном плане

В 10-11 классах данной программой планируется осуществлять освоение рабочей программы учебного предмета в средней школе, 68 часов на освоение программы.

Необходимое количество часов по неделям и годам обучения представлены в таблице:

| <i>Год обучения</i> | <i>Кол-во часов в неделю</i> | <i>Кол-во учебных недель</i> | <i>Всего часов за учебный год</i> |
|---------------------|------------------------------|------------------------------|-----------------------------------|
| 10 класс | 1 | 34 | 34 |
| 11 класс | 1 | 34 | 34 |
| | | | 68 часов за программу |

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета «Основы психологии»

Обучение основам психологии для старшеклассников должно способствовать:

- Формированию гармонично развитой, социально и патриотично сознательной личности, которая наделена глубокой гражданской ответственностью, способна к саморазвитию и самосовершенствованию;
- Осознанию учениками права на выбор способа собственного поведения с учётом и соблюдением правовых и гуманистических основ;
- Привитию глубокого осознания взаимосвязи между идеями индивидуальной свободы, правами человека и его общественной ответственности;
- Беспристрастному восприятию и доброжелательном отношении к другим личностям, группам и народам;
- Развитию творческого мышления, формированию собственной точки зрения и критическому отношению к информации;
- Раскрытию и развитию способностей учащихся.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета «Основы психологии» в 10 классе

Предметные результаты.

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.

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;

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.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета

«Основы психологии» в 11 классе

Предметные результаты.

1. Представление о психологической культуре как части общей культуры.

2. Понимание роли психологии в современной духовной жизни и познании человеком самого себя и других людей.

3. Представление об индивидуальных особенностях самопознания и познания других людей

4. Понимание психологического механизма обмана, манипулирования и формирование представлений о способах противостояния обману.

5. Формирование представления о способах преодоления трудностей, осознание особенностей собственного поведения в трудных жизненных ситуациях

6. Формирование представления о психологической помощи и особенностях применения психологических знаний в разных сферах общественной жизни.

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.

**Содержание учебного предмета «Основы психологии».
Тематическое планирование.**

| Содержание | Кол-во часов, отведённых на изучение раздела, темы | |
|---|--|----------|
| | 10 класс | 11 класс |
| Раздел 1. Введение | 1 ч | - |
| Раздел 2. Познавательные процессы, способности | 8 ч | - |
| Раздел 3. Личность | 15 ч | - |
| Раздел 4. Саморегуляция | 4 ч | - |
| Раздел 5. Возрастная психология | 6 ч | - |
| Раздел 1. Структура, функции и средства общения | - | 10 ч |
| Раздел 2. Условия и технологии эффективной коммуникации | - | 7 ч |
| Раздел 3. Конструктивное преодоление конфликтов | - | 2 ч |
| Раздел 4. Психология семейных отношений | - | 3 ч |
| Раздел 5. Психология малых групп | - | 5 ч |
| Раздел 6. Деловое общение | - | 4 ч |
| Раздел 7. Профорентация | - | 3 ч |
| Итого | 34 часа | 34 часа |

Содержание программы (10 класс)

Раздел 1. Введение (1 ч).

Предмет психологии. История развития и отрасли психологии. Основные цели и задачи курса.

Понятие «психология». Методы психологии: основные и вспомогательные. Отрасли психологии.

Практическая работа: Знакомство "Твое лучшее качество"

Все члены группы, свободно передвигаясь по комнате, должны подходить друг к другу и обмениваться комплиментами, т.е. подчеркивать лучшие качества партнера, которые вы видите в нем и цените больше всего.

Тест «Какой вы психолог?»

Разработка правил поведения на уроках психологии

Раздел 2. Познавательные процессы, способности (8ч)

Внимание. Виды познавательных процессов. Определение внимания. Виды внимания. Структура и характеристики внимания. Факторы, влияющие на произвольное внимание. Нарушения внимания. Развитие внимания. *Практическая работа:* Тест «Корректурная проба»; Упражнения на развитие концентрации внимания

Память. Определение памяти, основные процессы и продуктивность памяти. Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации. Условия, влияющие на запоминание. Мнемотехника. *Практическая работа:* Мини-тесты: «Кратковременная слуховая память на слова», «Зрительная образная память»; Упражнение на усвоение мнемотехнического приёма для развития памяти: «Ассоциации»

Мышление. Что такое мышление. Виды мышления. Мыслительные операции. Пути развития и активизации мышления. *Практическая работа:* Упражнения «Логичность», «Сложные аналогии»

Обобщение и повторение нового материала.

Способности. Интеллект. Понятие «способности». Виды способностей. Уровни способностей. Измерение способностей. Понятие «Интеллект». Стороны интеллекта. Коэффициент интеллекта. Развитие интеллектуальных способностей. *Практическая работа:* Тест «Насколько я левша?» (Жариков Е, Крушельницкий Е. «Для тебя и о тебе»); Методика ШТУР.

Творческие способности. Креативность. Понятие «креативность». Параметры креативности. Взаимосвязь между креативностью и интеллектом. Развитие креативности. *Практическая работа:* Упражнения на развитие творческих способностей: «Нестандартное использование предметов», «Синонимы», «непредсказуемые последствия».

Мозг и психика. Межполушарная асимметрия мозга. Функции правого и левого полушария. Влияние МПАМ на эмоциональную жизнь человека. Доминирование полушарий. *Практическая работа:* Дискуссия: «Кому легче добиться успеха в жизни: человеку с доминирующим правым или левым полушарием?»

Контроль знаний

Раздел 3. Личность (15 ч)

Индивидуальность. Индивид. Личность. Индивидуальность. Структура личности. *Практическая работа:* Дискуссия: «Каких людей можно назвать личностью с большой буквы в наше время?»; Мини - тест «Мои ценности».

Психоаналитическая теория личности. З. Фрейд. *Практическая работа:* Упражнение «Работа со сновидениями».

Индивидуальная теория личности. А. Адлер

Бихевиоризм. *Практическая работа:* Упражнение «Смена собственного поведения».

Гуманистическая теория личности. А. Маслоу

Практическая работа: Тест «Краткая шкала измерения самоактуализации» А. Маслоу.

Темперамент. Понятие «темперамент». Теории о темпераменте. Темперамент и свойства нервной системы. Типы темперамента. Интроверсия и экстраверсия.

Практическая работа: «Теппинг – тест» Е. П. Ильина для ориентировочного выявления типа своей нервной системы. Тест –опросник Г. Айзенка. Упражнение «Характер»

Характер. Понятие «характер». Условия формирования характера. Акцентуации характера. Типы акцентуаций характера. *Практическая работа:* Игра «Аукцион»; Упражнение «Черты характера».

Самосознание. "Я-концепция". Структура и функции самосознания. Понятие «Я- концепции».

Практическая работа: Мини-тест: «20 Я»; Тест «Самооценка»

Самоотношение. Значение самоуважения, чувства собственного достоинства для жизнедеятельности человека. *Практическая работа:* Упражнение «Список положительных качеств».

Домашнее задание: нарисовать собственный герб.

Эмоции и чувства. Определения «эмоция» и «чувство». Формы переживания чувств. Виды эмоций. *Практическая работа:* Упражнения «Изобрази эмоцию», «Передай эмоцию».

Любовь. Любовь в жизни человека. Практическая работа: Работа с карточками: высказывания выдающихся людей о любви .

Экология любви. Разные стороны чувства любви. Модели любви. Характер отношений. Практическая работа: Анализ жизненной ситуации

Дружба. Феномен дружбы. Практическая работа: Тест «Настоящий друг» (Психология личности. Тесты, опросники, методики. Н. В. Киршева, Н. В. Рябчикова)

Контроль знаний

Раздел 4. Саморегуляция (4 ч).

Стресс. Определение «стресса» и «дистресса». Фазы развития стресса. Влияние стресса на организм человека. Практическая работа: Упражнение «Я переживаю стресс, когда...»; Тест на самооценку стрессоустойчивости личности.

Саморегуляция. Как справиться со стрессом. Виды методов саморегуляции. Практическая работа: Дыхательная техника; Визуализация. Техника «Башня».

Профилактика аддиктивного поведения. Понятие «аддиктивное поведение». Стадии формирования аддиктивного поведения. Возникновение и развитие зависимостей. Умение сказать «нет». Практическая работа: Тест: «Что я знаю о курении».

Позитивное мышление. Определение «позитивное мышление». Приемы развития навыков позитивного мышления. Практическая работа: Тест «Вы умеете быть счастливым?»

Раздел 5. Возрастная психология (6 ч).

Психологические особенности развития ребенка. Ранний и младший школьный возраст. Общие вопросы возрастной психологии.

Ранний и младший школьный возраст.

Подростковый возраст. Психологические и физиологические особенности подросткового возраста.

Юность. Психологические и физиологические особенности юношеского возраста. Практическая работа: Упражнение «Мой день через 10 лет», Упражнение «Проблема смысла жизни».

Обобщение и повторение нового материала

Контроль знаний

Содержание программы (11 класс)

Раздел 1. Структура, функции и средства общения (10 ч).

Введение. Структура и способы общения. Введение. Общение. Структура и средства общения. Знакомство с задачами курса «Психология общения».

Общение. Структура и средства общения. Практическая работа: Тест «КОС» Методика изучения коммуникативных и организаторских умений.

Невербальные средства общения. Практическая работа: Тест «Понимаете ли вы язык жестов?» (Жариков Е, Крушельницкий Е. «Для тебя и о тебе»); Упражнения «Продемонстрируй своё состояние», «Передай чувства».

Речевые средства общения. Роль невербальных средств в передаче информации. Мимика. Интонация. Форма изложения. Практическая работа: Упражнение «20 Я», «Согласие»

Позиции в общении. Теория Э. Берна об эго-состояниях личности. Схема Томаса А. Харриса. Практическая работа: Тест «Три Я».

Стили общения. Виды общения. Этикет.

Манипулирование.

Причины манипулирования. Типы манипулятивных систем. Практическая работа: "Что мешает открытому общению?"; Тест «Манипулятор» (А. С. Прутченков Наедине с собой).

Контроль знаний

Раздел 2. Условия и технологии эффективной коммуникации (7 ч)

Механизмы межличностного восприятия. Основные феномены межличностного восприятия. Ошибки превосходства и привлекательности.

Психологические защиты. Механизмы психологических защит.

Барьеры в общении. Что мешает полноценному общению. Стереотипизация.

Конструктивное общение. Контроль эмоций. Трудности и барьеры, возникающие в повседневном общении. *Практическая работа:* Упражнение «Безоценочное общение». Ролевая игра «Нейтрализация негативных эмоций».

Активное и пассивное слушание. Процесс слушания. Виды слушания. *Практическая работа:* Тест «Умеете ли вы слушать»

Приемы расположения к себе. Самопрезентация. Приёмы расположения к себе. Compliments. Похвала и поддержка. *Практическая работа:* Упражнения «Комплимент», «Самопрезентация».

Контроль знаний

Раздел 3. Конструктивное преодоление конфликтов (2ч).

Конфликт. Стили разрешения конфликтов. Понятие «конфликт». Стили разрешения конфликтов. *Практическая работа:* Тест К. Томаса «Стили разрешения конфликтов»

Управление конфликтами. Динамика конфликта. Конструктивное разрешение конфликта. Контроль эмоций. *Практическая работа:* Упражнение «Разногласие».

Раздел 4. Психология семейных отношений (3 ч).

Психологические аспекты семейных отношений. Проблемы на ранних этапах существования семьи. *Практическая работа:* Упражнение «Неприятность на работе»

Функции семьи. Стили семейного воспитания. Значение гармоничных отношений в браке. Детско-родительские отношения. *Практическая работа:* Методика «РОП» (Ролевые ожидания и притязания в браке. Психологическая помощь и консультирование в практической психологии под. ред. М. К. Тутушкиной)

Раздел 5. Психология малых групп (5 ч).

Коллектив и личность. Роль процесса социализации в развитии личности. Виды групп. Этапы формирования коллектива. *Практическая работа:* Тест на выявление ценностно-ориентационного единства класса (ЦОЕ). Фридман Л. М.

Лидерство. Психологические качества лидера. Типы лидеров. Стили управления. Социально-психологические особенности взаимодействия в малой группе. *Практическая работа:* Упражнение «Предвыборная программа».

Конформизм. Групповые нормы. Факторы, влияющие на уровень конформности. *Практическая работа:* Тест «Поддаётесь ли вы чужому мнению».

Развитие навыков уверенного отказа. Право на отказ. Приёмы противостоянию давлению. *Практическая работа:* Упражнение «Умей сказать «нет!»

Контроль знаний

Раздел 6. Деловое общение (4 ч).

Деловая беседа. Конструктивная критика. Функции деловой беседы. Фазы беседы. Как воспринимать критику. *Практическая работа:* Ролевая игра «Приём на работу»

Психологические особенности публичного выступления. Неречевые компоненты публичного выступления. Контроль эмоций. *Практическая работа:* Упражнение «Доклад».

Экзамен психологические аспекты. Стратегии построения работы на экзамене. Приёмы самонастройки и аутотренинга. *Практическая работа:* Ролевая игра «Приём на работу».

Раздел 7. Профориентация (3 ч)

Профессиональное самоопределение. *Практическая работа:* Профориентационная игра «Кто есть кто?», «Подарок», «День из жизни».

Проектирование профессионального жизненного пути. Выбор профессии. Условия выбора профессии. Ошибки при выборе профессии.

Практическая работа: Тест Голланда «Профессиональные предпочтения» и другие профориентационные тесты; Опросник на выявление профессиональных склонностей «ДДО».

Контроль знаний.

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения

Литература

1. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники. – М.: Ось – 89, 2000.
2. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: Информационно-методическое пособие к курсу «Психология человека». – М.: Пед. Общество России, 1999.
3. Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А. Психологический словарь-справочник. – Мн.: Харвест, М.: АСТ, 2001.
4. Методы эффективной психокоррекции: Хрестоматия /Сост. К.В. Сельченко. – МН.: Харвест, 1999.
5. Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников: Пособие для педагога: В 2 ч. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2006.
6. Рогов Е.И. Эмоции и воля. – М.: ВЛАДОС, 1999.
7. Рогов Е.И. Психология познания. – М.: ВЛАДОС, 2001.
8. Рогов Е.И. Психология человека. – М.: ВЛАДОС, 1999.
9. Резапкина Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков. – М.: Генезис, 2010.
10. Реан А.А., Гатанов Ю.Б., Баранов А.А. Психология 8-11 класс. Учебник. – СПб: Питер, 2001.
11. Столяренко Л.Д. Основы психологии. – Ростов-н/Д., 2002.
12. Словарь психолога-практика /Сост. С.Ю. Головин. – Мн.: Харвест, 2001.
13. Смид Р. Групповая работа с детьми и подростками. – М.: Генезис, 2000.
14. Фопель К. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего. – М.: Генезис, 2000.
15. Фопель К. Энергия паузы: Психологические игры и упражнения. – М.: Генезис, 2001.
16. Фопель К. Как научить детей сотрудничать?: В 4-х т. – М.: Генезис, 1998-1999.

Технические средства: мультимедийный проектор и экран; принтер

монохромный; принтер цветной; доска со средствами, обеспечивающими обратную связь.

Программные инструменты: операционные системы и служебные инструменты; текстовый редактор для работы с русскими и иноязычными текстами; инструмент планирования деятельности; редактор подготовки презентаций.

Планируемые результаты изучения учебного предмета

Результаты освоения программы

В результате изучения курса ученик должен

знать/понимать

- особенности процессов самопознания и самовоспитания, о себе целостно;
- особенности природы эффективного общения;
- психологические причины возникновения проблем во время коммуникации;

условия и меры по их предупреждению

уметь:

- выделять и объяснять существенные признаки коммуникации, конфликта;
- находить в разных источниках и анализировать информацию, необходимую для сравнения различных понятий по степени их значимости и по тематике;
- приводить примеры: различных вариантов коммуникаций, конструктивного общения;
- выявлять коммуникативные проблемы в сложных ситуациях, прогнозировать то или иное решение для улучшения качества общения;
- применять практические методики для определения качественных характеристик личности;

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
 - наблюдения и оценки складывающейся ситуации общения;
 - определения комфортных и дискомфортных условий коммуникации;
 - выражения своих потребностей и принятия потребности окружающих;
 - решения практических задач по выработке совместного решения;
 - использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
 - аргументировать свою точку зрения во время дискуссии в группе независимо от высказываемой точки зрения.

Оценивание результатов учебной деятельности

Оценивание результатов учебной деятельности осуществляется с учётом индивидуальных особенностей учеников и предусматривает дифференцированный подход в его организации.

В связи с важностью образования атмосферы доверия и свободного обмена мыслями, не следует давать оценку собственной точке зрения учеников, которая высказывается во время дискуссий или ответа на вопрос. Оцениваться могут знания теоретического материала и основных понятий, умение использовать полученные знания при психологическом анализе ситуаций, навыки конструктивного общения, а также выполнении учебных заданий, результаты самостоятельно проведённого психологического исследования, доклады, рефераты, сообщения. Не подлежат оцениванию результаты тестирования, которые являются только одним из методов самопознания.

Однако, учитывая основные цели и задачи программы, формализованную оценку знаний можно применять только при повторении пройденного теоретического материала или выполнении дополнительных заданий, подготовке рефератов, докладов.

В конце каждой четверти ученики сдают зачёт по отработанным темам. Возможно использование традиционных оценок. При этом учитывается:

- понимание сущности психологических понятий, фактов, закономерностей;
- умение применить психологические знания при анализе жизненных ситуаций;
- умение устанавливать взаимосвязи между психологическими феноменами, сравнивать, объяснять, анализировать, обобщать и критично оценивать психологические факты;
- правильность и достаточность дополнения психологических фактов для решения поставленных учителем задач;
- самостоятельность, системность и критичность мышления;
- чёткость и завершённость изложения;
- использование разнообразных источников психологических знаний, дополнительной литературы;

Календарно-тематическое планирование 10 класс (34 часа)

| № урока | Наименование раздела, темы | Дата проведения | |
|------------|---|-----------------|------|
| | | план | факт |
| 1 | Предмет психологии. История развития и отрасли психологии | 02.09 | |
| 2 | Познавательные процессы, способности. Внимание. Воображение. | 09.09 | |
| 3 | Память | 16.09 | |
| 4 | Мышление | 23.09 | |
| 5 | <i>Обобщение и повторение нового материала</i> | 30.09 | |

| | | | |
|-----|--|-------|--|
| 6 | Способности. Интеллект | 07.10 | |
| 7 | Творческие способности. Креативность | 14.10 | |
| 8 | Мозг и психика. Межполушарная асимметрия мозга | 21.10 | |
| 9 | <i>Контроль знаний</i> | 28.10 | |
| | Личность. | | |
| 10 | Понятие личности в психологии. | 11.11 | |
| 11 | Психоаналитическая теория личности. З. Фрейд | 18.11 | |
| 12 | Индивидуальная теория личности. А. Адлер | 25.11 | |
| 13 | Бихевиоризм | 02.12 | |
| 14 | Гуманистическая теория личности. А. Маслоу | 09.12 | |
| 15, | Темперамент | 16.12 | |
| 16 | Темперамент | 23.12 | |
| 17 | Характер | | |
| 18 | Самосознание. «Я – концепция» | | |
| 19 | Самоотношение | | |
| 20 | Эмоции и чувства | | |
| 21 | Любовь | | |
| 22 | Экология любви | | |
| 23 | Дружба | | |
| 24 | <i>Контроль знаний</i> | | |
| 25 | Саморегуляция. Стресс | | |
| 26 | Саморегуляция | | |
| 27 | Профилактика аддиктивного поведения | | |
| 28 | Позитивное мышление | | |
| 29 | Возрастная психология. Психологические особенности развития ребенка | | |
| 30 | Ранний и младший школьный возраст | | |
| 31 | Подростковый возраст | | |
| 32 | Юность | | |
| 33 | <i>Обобщение и повторение нового материала</i> | | |
| 34 | <i>Контроль знаний</i> | | |

**Календарно-тематическое планирование
11 класс (34 часа)**

| № урока | Наименование раздела, темы | Дата проведения | |
|------------|--|-----------------|------|
| | | план | факт |
| 1 | Структура, функции и средства общения. Введение | 01.09 | |
| 2 | Общение. Структура и средства общения | 08.09 | |
| 3 | Невербальные средства общения | 15.09 | |
| 4 | Невербальные средства общения | 22.09 | |
| 5 | Речевые средства общения | 29.09 | |
| 6 | Позиции в общении | 06.10 | |
| 7 | Стили общения | 13.10 | |
| 8 | Манипулятивный стиль общения | 20.10 | |

| | | | |
|-------|---|-------|--|
| 9 | Манипулятивный стиль общения | 27.10 | |
| 10 | <i>Контроль знаний</i> | 10.11 | |
| 11 | Условия и технологии эффективной коммуникации. Механизмы межличностного восприятия | 17.11 | |
| 12 | Психологические защиты | 24.11 | |
| 13 | Барьеры в общении | 01.12 | |
| 14 | Конструктивное общение. Контроль эмоций | 08.12 | |
| 15 | Активное и пассивное слушание | 15.12 | |
| 16 | Приемы расположения к себе. Самопрезентация | 22.12 | |
| 17 | <i>Контроль знаний</i> | | |
| 18 | Конструктивное преодоление конфликтов. Конфликт. Стили разрешения конфликтов | | |
| 19 | Управление конфликтами | | |
| 20 | Психология семейных отношений. Психологические аспекты семейных отношений | | |
| 21-22 | Функции семьи. Стили семейного воспитания | | |
| 23 | Психология малых групп. Коллектив и личность | | |
| 24 | Лидерство | | |
| 25 | Социально - психологические особенности взаимодействия в малой группе. Конформизм | | |
| 26 | Развитие навыков уверенного отказа | | |
| 27 | <i>Контроль знаний</i> | | |
| 28-29 | Деловая беседа. Конструктивная критика | | |
| 30 | Психологические особенности публичного выступления | | |
| 31 | Экзамен: психологические аспекты | | |
| 32 | Раздел 7. Профориентация Профессиональное самоопределение | | |
| 33 | Проектирование профессионального жизненного пути | | |
| 34 | <i>Контроль знаний</i> | | |