

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Приморского края**

**Управления образования и молодежной политики Администрации**

**Уссурийского Городского Округа**

**"Средняя общеобразовательная школа №24 г. Уссурийска Уссурийского  
городского округа"**

**МБОУ СОШ №24**

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора  
школы по УВР МБОУ  
СОШ №24

\_\_\_\_\_  
Семакина О.Б.

Протокол № 1 от  
«31» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МБОУ СОШ  
№24

\_\_\_\_\_  
Салимова В.А.

Протокол №153-А от  
«31» августа 2023 г.

**Рабочая программа факультативного курса**

**«Основы психологии»**

**Срок реализации – 2 года**

Направленность  
психолого-педагогическая  
для обучающихся 10-11-х классов  
возраст (16-17 лет)

**г. Уссурийск 2023 г.**

## **Пояснительная записка.**

Программа курса «Основы психологии» разработана для учащихся 10, 11 классов, составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования.

Преподавание данного курса представляется актуальной и важной задачей образования, получившего социальный заказ на подготовку подрастающего поколения к жизни в правовом государстве. Именно личностные, психологические факторы выступают на первый план в работе над этой важной задачей. Психологическая культура, адекватное оценивание себя, способность к рефлексии и самосовершенствованию, понимание интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить свои отношения с окружающими, отстаивать свои права конструктивным способом- все это относится к необходимым компонентам личности.

В основе программы лежит преемственный подход, учитываются возрастные и индивидуальные особенности обучающихся. Занятия проводятся один раз в неделю. В год занятия составляют 34 часа теории и практики.

### **Цель курса:**

повышение психологической компетентности учащихся за счет развития уровня самосознания, выработки собственного мировоззрения, определения позиции в жизни;

### **Задачи курса:**

- формирование психологических знаний;
- осознание особенностей человеческой психики и социального поведения;
- формирование адекватного оценивания себя в ситуации взаимодействия с другими людьми;
- выработка собственной личностной позиции;
- развитие способностей к критической переработке информации;
- развитие самосознания, эмоциональной сферы;
- развитие навыков волевой и эмоциональной саморегуляции;
- развитие навыков разрешения конфликтов;
- повышение интереса к психологии, как к науке

## **Основное содержание факультативного курса**

Важнейшая задача школы – формирование полноценного гражданина своей страны. Решение этой задачи во многом зависит от того, чем будут заниматься повзрослевшие школьники, какую профессию они выберут, и где будут работать. В нашей школе открывается педагогический класс. Его открытие было не случайным выбором, так как в настоящее время востребованность педагогической профессии очевидна. Актуальной проблемой становится обучение будущего педагога в соответствии с новой парадигмой образования, которая требует нового учителя, творческая индивидуальность которого должна проявиться не только в стремлении создавать нечто новое, но прежде всего способного к изменению самого себя, готового к совместному поиску, к сотрудничеству. Для этого старшеклассники, которые собираются стать педагогами, уже в школе должны представить себе, что это за профессия и какие требования предъявляются к современному педагогу обществом.

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

Программа педагогического класса предназначена для учащихся 10-11 класса общеобразовательной школы.

В ходе обучения старшеклассники познакомятся с основами психологии, где наряду с теоретическим материалом обязательно будет проводиться работа, направленная на самопознание, повышение уровня психологической компетентности; они получают прикладные знания современной психологии. Использование тестов, опросных методик, тренинговых занятий позволит старшеклассникам соотнести самонаблюдение с данными исследований и наметить пути развития необходимых качеств для будущей профессии.

### **Тематический план**

#### **«Основы психологии» в 10 классе**

№ п/п	Тема	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Введение в психологию	2	1
2	Познавательные процессы	9	5
3	Индивидуально-психологические особенности личности	7	5
4	Эмоционально-волевая сфера личности	2	3
	Всего	20	14

## «Основы психологии» в 11 классе

№ п/п	Тема	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Личность в деятельности и общении	14	10
2	Возрастная психология	7	3
	Всего	21	13

### Основное содержание учебного предмета «Основы психологии» в 10 классе

#### **Введение в психологию.**

##### ***Предмет и задачи психологии.***

(1 час, теория). Психология, как наука. Задачи психологии. Психика, как свойство мозга. Основные формы проявления психики и их взаимосвязь. Личность, как психологическое понятие.

##### ***Отрасли и методы психологии.***

(1 час, теория). Отрасли психологии: общая психология, возрастная психология, педагогическая психология, социальная психология и др. Методы психологии: наблюдение, эксперимент, тесты, опросы, экспертные оценки, статистические методы и др.

(1 час, практика). Практическая работа: используя один из методов психологии, провести самостоятельное исследование и проанализировать результаты.

#### **Познавательные процессы**

##### ***Ощущения, восприятие и представления.***

(1 час, теория). Ощущение. Виды ощущений. Закономерности ощущений. Порог чувствительности. Восприятие. Типы восприятия. Свойства восприятия. Виды восприятия. Представления.

(1 час, практика). Экспериментальные опыты: явления цветового контраста, порога различения отрезков, выделение фигуры из фона, расслоение изображения на фигуру и фон.

##### ***Внимание.***

(2 часа, теория) Внимание, как психический процесс. Виды внимания. Свойства внимания. Изучение особенностей внимания и методы его развития.

(1 час, практика). Практическая работа: изучить особенности внимания одного из школьников и проанализировать результаты.

### ***Память.***

(2 часа, теория) Память, как психический процесс. Процессы памяти. Виды памяти. Личностные проявления памяти. Мнемотехнические приёмы запоминания.

(1 час, практика). Практическая работа: изучить особенности памяти одного из школьников и проанализировать результаты.

### ***Мышление.***

(2 часа, теория) Мышление, как психический процесс. Виды мышления. Этапы мыслительной задачи. Характеристика мыслительных операций. Качества умственной деятельности. Единство мышления и речи. Индивидуальные особенности мышления. Методы диагностики интеллектуальных особенностей человека.

(1 час, практика). Практическая работа: изучить особенности мышления одного из школьников и проанализировать результаты.

### ***Воображение и творчество.***

(2 часа, теория) Воображение, как психический процесс. Природа и своеобразие воображения, как познавательного психического процесса. Виды воображения. Способы создания образов воображения. Место воображения в творческой деятельности человека. Методы изучения воображения и творческих особенностей человека.

(1 час, практика). Практическая работа: изучить творческие особенности одного из школьников и проанализировать результаты. Тестирование по разделу «Познавательные процессы».

## **Индивидуально-психологические особенности личности.**

### ***Темперамент.***

(2 часа, теория) Организм, нервная система и темперамент. Основные свойства темперамента. Отличительные признаки темперамента.

Психологическая характеристика типов темперамента. Методы диагностики темперамента.

(2 часа, практика). Подготовка рефератов и презентаций по темам: «Можно ли изменить темперамент?», «Темперамент и стиль деятельности», «Темперамент и особенности умственной деятельности», «Влияние темперамента на выбор профессии». Практическая работа: изучить особенности темперамента одного из школьников и проанализировать результаты.

### ***Характер.***

(1 час, теория) Темперамент и характер. Структура характера. Классификация черт характера. Условия формирования характера.

Акцентуации характера. Методы изучения характера.

(1 час, практика). Практическая работа: изучить особенности характера одного из школьников и проанализировать результаты.

### ***Способности.***

(2 часа, теория) Понятие о способностях. Виды способностей. Задатки и способности. Структура способностей. Условия формирования способностей. Талант и одарённость. Методы изучения способностей.

(1 час, практика). Подготовка рефератов и презентаций на тему «Уникальные способности человека» на примере конкретных людей.

### ***Личность и профессия.***

(2 часа, теория) Психологические основы профессиональной ориентации. Общее понятие о профессиональной пригодности и. Психологическая структура профессиональной деятельности. Формула профессии.

Профессиональные интересы, склонности и способности. Методы диагностирования профессиональной пригодности.

(1 часа, практика) Подготовка и защита личного профессионального плана «Моя будущая профессия». Тестирование по разделу «Индивидуально-психологические особенности личности».

## **Эмоционально-волевая сфера личности**

### ***Чувства.***

(1 час, теория) Понятие об эмоциях и чувствах. Виды эмоциональных процессов и состояний. Эмоции и чувства как продукт работы организма. Стресс и фрустрация, аффект, агрессивность. Методы изучения чувств.

(2 часа, практика) Практическое занятие: «Управление эмоциями. Овладение навыками саморегуляции. Кинезиологические упражнения. Релаксация». Рефераты «Методы эмоционального контроля».

### ***Воля.***

(1 час, теория) Природа и сущность волевой регуляции. Волевые свойства личности. Структура волевого действия. Воспитание и развитие воли.

(1 час, практика) Презентации «Как развивать волю?». Тестирование по разделу «Эмоционально-волевая сфера личности».

## **Планируемые результаты:**

### **Личностные:**

Учащийся научится:

- занимать внутреннюю позицию толерантного человека на уровне положительного отношения к окружающему миру;
- поддерживать учебно-познавательный интерес к учебному материалу и способам решения частных задач;
  - способности к самооценке;
  - способности к эмпатии как пониманию чувств других людей и сопереживания им.

### **Метапредметные:**

Учащийся научится:

- самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;
- оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;
- сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

### **Предметные:**

Учащийся научится:

- критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;
- использовать различные модельно - схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;

- находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;
- выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;
- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;

### **Коммуникативные универсальные учебные действия**

Учащийся научится:

- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации, исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;
- при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.); - координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;
- развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;
- распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

## **Основное содержание учебного предмета «Основы психологии» в 11 классе**

### **Личность в деятельности и общении**

***Соотношение понятий - «человек», «личность», «индивидуальность».***

(1 час, теория) Личность, как базовое понятие в психологии. Индивид, человек, как представитель биологического вида. Критерии сформировавшейся личности.

***Психологическая структура личности.***

(1 час, теория) Отечественный подход к изучению структуры личности. Зарубежные теории.

***Направленность личности.***



(1 час, теория) Структура личностной направленности. Виды направленности и их характеристика.

(1 час, практика) Практическая работа: изучить особенности одного из видов направленности школьников и проанализировать результаты.

### ***Потребности личности.***

(1 час, теория) Виды потребностей. Социальные потребности личности. Потребности и мотивы личности. Потребности и интересы личности. Духовные потребности личности.

(1 час, практика) Практическая работа: изучить потребности учащихся старших и младших классов и проанализировать результаты.

### ***Личность и деятельность.***

(1 час, теория) Общее понятие о деятельности как форме взаимодействия человека с окружающей средой. Физиологический, психологический, социальный аспект деятельности личности. Структура деятельности.

(1 час, практика) Рефераты и презентации по теме «Личность и деятельность», «Классификация видов деятельности», «Психологическая характеристика игры», «Психологическая характеристика учения», «Психологическая характеристика трудовой деятельности».

### ***Общение и межличностные отношения.***

(2 часа, теория) Понятие об общении. Функции общения. Общение и личность. Общение, как взаимодействие. Перцептивная сторона общения. Деловое общение. Педагогическое общение: общение учителя и обучающихся, общение в учительском коллективе.

(1 час, практика) Тренинг общения.

### ***Группы и коллективы.***

(1 час, теория) Социально-психологическая характеристика группы и коллектива: понятие группы в социальной психологии, классификация групп, развитие группы, как коллектива. Основные характеристики коллектива. Межличностные и межгрупповые отношения. Методы их изучения. Социально-психологический климат в коллективе.

(2 часа, практика) Практическая работа: изучить межличностные отношения в одном из школьных классов и проанализировать результаты; изучить уровень сотрудничества в одном из классов школы и проанализировать результаты.

### ***Уровни развития коллектива.***

(1 час, теория) А. Макаренко и А. Петровский, А. Лутошкин об уровнях развития коллектива. Основные элементы работы в группе.

(1 час, практика) Тренинг по сплочению коллектива.

### ***Взаимодействия и взаимоотношения между людьми.***

(1 час, теория) Вербальное и невербальное общение. Межличностное взаимодействие. Межгрупповое взаимодействие. Виды взаимоотношений (деловые, личные). Система взаимоотношений.

(1 час, практика). Презентация об особенностях вербального и невербального общения.

Практическая работа: изучить особенности взаимодействия ребёнка и родителя и проанализировать результаты.

### ***Конфликты и способы их разрешения.***

(2 часа, теория) Конфликт в общении. Причины конфликтов. Типы конфликтов. Динамика развития конфликтов. Стратегии поведения человека в условиях конфликта. Социально-психологические способы управления конфликтами. Правила поведения в конфликтных ситуациях. Методы улучшения взаимоотношений. Внутриличностный конфликт.

(1 час, практика) Тренинг по конфликтологии.

### ***Медиация, как способ взаимовыгодного разрешения конфликтных ситуаций***

(2 часа, теория) Нормативно-правовое регулирование института медиации. Принципы медиации. Функции медиации. Стадии медиации. Техники коммуникации.

(1 час, практика) Медиативное разрешение конфликтных ситуаций (спроектированные ситуации из жизни школы). Тестирование по разделу «Личность в деятельности и общении».

## **Возрастная психология**

### ***Младенчество***

(1 час, теория) Характеристика возраста. Ведущая деятельность. Линии развития. Формы общения. Ранняя социализация.

### ***Раннее детство***

(1 час, теория) Социальная ситуация развития. Развитие познавательной сферы ребёнка. Личностные образования. Кризис 3-х лет. Ведущий вид деятельности.

### ***Дошкольное детство***

(1 час, теория) Социальная ситуация развития. Ведущая деятельность. Развитие познавательной сферы. Развитие мотивационной сферы и самосознания.

### ***Младший школьный возраст***

(1 час, теория) Социальная ситуация развития. Ведущая деятельность. Развитие познавательной сферы. Развитие мотивационной сферы и самосознания.

(1 час, практика) Практическая работа: исследование когнитивной сферы младших школьников и их личностных качеств. Проанализировать результаты.

### ***Подростковый возраст***

(2 часа, теория) Общая характеристика подросткового возраста. Анатомо-физиологические особенности. Развитие познавательной сферы. Эмоциональная сфера. Личность подростка. Причины неустойчивости поведения. Общение со сверстниками.

(1 час, практика) Практическая работа: исследование когнитивной сферы и личностных особенностей подростков. Проанализировать результаты.

### ***Юность.***

(1 час, теория) Юность, как стадия жизненного пути. Психическое развитие и формирование личности. Взаимоотношения со взрослыми. Общество сверстников и юношеская субкультура. Дружба. Социальное самоопределение.

(1 час, практика) Практическая работа: исследование своих личностных особенностей. Проанализировать результаты. Тестирование по разделу «Возрастная психология».

## **Планируемые результаты:**

### **Личностные:**

В результате изучения дисциплин учащиеся должны

*Иметь представления о:*

1. Значении, характере и специфических особенностях педагогической профессии.
2. Социальной значимости труда учителя.
3. Роли и сущности педагогической профессии.

### **Метапредметные:**

*Знать:*

1. Закономерностях становления и развития личности, индивидуально-психологических особенностях человека.
2. Требования, предъявляемые к личности педагога;
3. Основные теоретические и прикладные положения психологии.

### **Предметные:**

*Уметь:*

1. Анализировать свою деятельность.
2. Организовывать жизнь и деятельность детей.

3. Осуществлять самосовершенствование с позиций требований, предъявляемых к учителю.
4. Иметь навыки конструктивного взаимодействия и общения, наблюдения, самонаблюдения, эксперимента, теста, работы с учебной литературой.
5. Применять полученные теоретические знания и практические навыки.

Программа предусматривает использование разнообразных форм обучения: лекций, практических занятий, тестов, экспериментальных опытов, тренинговых занятий, решения проблемных задач, защиту рефератов.

## Литература для учителя:

- Введение в педагогическую деятельность (под ред. Е.И.Соколова, М.,Академия, 2000)
- Воспитательная деятельность педагога / под ред. В.А. Слостенина, И.А. Колесниковой. – М., 2006.
- Гамезо М.В., Герасимова В.С. Возрастная психология: личность от молодости к старости: Учебное пособие. М.: Педагогическое общество России, 2001
- Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Педагогическое общество России, 2001
- Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. - М., 1996.
- Ильин Е.П. Психология индивидуальных различий. - СПб., 2004
- Канн-Калик В.А. Учителю о педагогическом общении. М.,1987
- Константинов Н.А., Медынский Е.Н., Шабаетова М.Ф. История педагогики. – М., 1982.
- Кукушин В.,С. Введение в педагогическую деятельность. Ростов-на-Дону, 2002.
- Лидере А.Г. Психологический тренинг с подростками. М.:Академия, 2001
- Мижериков В.А., Ермоленко М.Н. Введение в педагогическую деятельность. – М., 202.
- Мудрик А.В. «Общение в процессе воспитания». - М., 2001.
- Практикум по общей психологии. Под ред. А.И.Щербакова. –М., 1990
- Пряжников Н.С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения. - М., 2002.
- Радугина А.А. Психология и педагогика. - М., 1999.
- Слостенин В.А., Исаев И.Ф., Шиянов Е.Н. Педагогика. – М., 2008.
- Спирин Л.Ф. Профессиограмма общепедагогическая. - М.-К., 1995.
- Прутченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе. М.:ЭКСМО-Пресс, 2001
- Реан А.А. Психология и психодиагностика личности. Теория, методы исследования, псум. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2008
- Фельдштейн Д.И. Возрастная и педагогическая психология. М.: изд-во МПСИ, 2002 Шмелев И.А. Введение в профессию. Психология. Учебное пособие. СПб: Питер, 2007.

## Литература для учащихся:

- Гальперин П.А. Введение в психологию. Учебное пособие. М.: Книжный дом, 2000
- Грецов А.Г. Выбираем профессию. Советы практического психолога. – СПб.: Питер, 2008.
- Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. - М., 1996.
- Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. – М.: «Академия», 2004.
- Кривцова С.В., Мухаматулина Е.А. Тренинг «Навыки конструктивного взаимодействия с подростками». – М: Генезис, 1997.
- Лидерс А.Г., 2001. Психологический тренинг с подростками. – М.: Издательский центр «Академия».
- Лутошкин А.Н. Как вести за собой. - М. 1978.
- Немов Р.С. «Психология. Пособие для учащихся 10-11 классов», «Практикум по общей психологии».-М., 1995.
- Петрусинский В.В. Игры для активного отдыха в процессе обучения. М.: гуманитарный изд центр ВЛАДОС, 2007. – 127с.
- Прихожан А.М., Психология неудачника: Тренинг уверенности в себе. М., Сфера, 2000.
- Профессия – учитель под ред. Роботовой А.С. - М., 2005.
- Процицкая Е.Н. Выберите профессию.- М. 1991
- Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). – М.:ВАКО, 2005.
- Психологическое сопровождение выбора профессии / Под ред. Л.М. Митиной. – 2-е изд. – М.: Московский психолого-социальный институт: Флинта, 2003.
- Рогов Е.И. Выбор профессии. Становление профессионала. М., 2003.
- Филимонова О.Г. Как научиться выбирать профессию?: Программа занятий для развития профессионального самоопределения учащихся 9-х классов. – М, серия «Школьный психолог», 2008.
- Филимонова О.Г. Модификация «Карты интересов» // Школьный психолог, №2, 2007.
- Якушева С.Д. «Основы педагогического мастерства». –М., 2008.