

"МИРНЕНСКАЯ ШКОЛА ТЕЛЬМАНОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА"
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

РАССМОТРЕНО:

на заседании ШМО
Протокол №1 от 30.08.2024 г.
Руководитель ШМО

сф

И.Ф. Слабышева

СОГЛАСОВАНО:

Заместителем
директора по УВР

сф

И.Ф. Слабышева

Протокол №1 от 30.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО:

И.о. директора
«МИРНЕНСКАЯ ШКОЛА
ТЕЛЬМАНОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА»
Е.Г. Мельяненко
Приказ № 1 от 30.08.2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету
«ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ»
ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ
11-й ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КЛАСС
на уровне основного общего образования

Рабочую программу составил(а)
Омельяненко Е.В.
учитель биологии

п. Мирное, 2024

Пояснительная записка.

Рабочая программа по курсу «Основы психологии» для 11 классов составлена на основе следующих документов:

- Закон РФ «Об образовании» № 3266-1 ФЗ от 10.07.1992 г. с последующими изменениями
- Федеральный компонент государственного стандарта основного общего образования на базовом уровне (приказ Минобрнауки РФ от 05.03.2004 г. № 1089)
- Приказ Минобрнауки РФ от 09.03.2004 г. N 1312 (ред. от 30.08.2010 г.) "Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования"
- Приказ Минобрнауки РФ от 24.12.2010 г. N 2080 "Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2011/2012 учебный год.

Дисциплина «Основы психологии» изучается в школе, в рамках психолого-педагогического профиля в 10 -11 классах. Программа курса определяет совокупность необходимых для общего развития, профориентации и дальнейшей социализации личности знаний, умений и навыков, которыми должен овладеть ученик. Курс «Основы психологии» рассчитан на два года обучения и состоит из двух частей. В первой – раскрываются основные понятия и закономерности, составляющие содержание общей психологии, кроме того дают сведения из истории психологии. Вторая часть состоит из возрастной и социальной психологии.

Целью преподавания данного курса в школе является:

- Формирование у школьников адекватного представления о предмете, методах и задачах психологии, ее основных категориях, месте среди других наук о человеке.
- Формирование базовых понятий и концепций, а также исторической логики их развития, составляющих теоретическую основу как для возрастной, педагогической и социальной психологии, так и для всех прикладных и практических дисциплин, входящих в область современной психологической науки и практики.

Задачами преподавания данного курса в школе являются:

- Сформировать у учащихся представление о природе психики человека;
- сформировать представление о том, как происходит осознание человеком окружающего мира и самого себя;
- научить давать психологическую характеристику личности, ее направленности, темперамента, характера, способностей;
- научить объяснять собственные психические процессы, свойства, состояния;

- научить пользоваться простейшими приемами их психической саморегуляции;
- научить осознавать особенности взаимодействия людей в процессе общения и совместной деятельности; овладеть приемами повышающими эффективность общения;
- развить практические умения, обеспечивающие творчество и инициативу в различных видах деятельности, формирование общих представлений учащихся о психологии как науке.

Общая характеристика учебного предмета. Преподавание «Основ психологии» предусматривает теоретическую подготовку, а также ориентировано на обращение к тем проблемам (в недирективной форме), которые важны для подростков и юношества в силу возрастных особенностей развития. Возраст учащихся 11 классов благоприятен для завершения развития психологической готовности к самоопределению – личностному, профессиональному, жизненному. Поэтому с ними в учебной работе основное внимание уделяется формированию их понимания своего призвания, умения видеть смысл жизни, временным перспективам и эмоциональным привязанностям, профессиональному выбору и будущей семейной жизни. Учащиеся на уроке познают не только психологию человека вообще, но имеют возможность познавать себя, закономерности, механизмы, сущность и условия развития личности. Еженедельные уроки «Основы психологии» позволяют учащимся сориентироваться в особенностях «психологического» взаимодействия, его целях и результатах.

Рабочая учебная программа «Основы психологии» составлена на основе:

- программы уроков психологии (А.В. Микляева, 2003);
- программы учебного курса по психологии для 10 класса (под ред. И.В. Дубровиной, 2003);
- учебника «Психология» Дубровиной И.В. (2002);
- программы элективного курса по психологии 10-11 класс «Формула успеха» (Гавриш Н.А.);
- программы «Выбор профессии с точки зрения психологии» (Никитина Е.В.)

Критерии оценки учебной деятельности по дисциплине «Основы психологии».

В результате изучения программы ученик должен знать/понимать

- структуру психологической деятельности;
- методы психологии;
- познавательные процессы;
- виды темперамента;
- закономерности возрастного развития.

уметь

- **Объяснять**, что изучает наука «психология», психологические термины.
- **Сравнивать** развитие отечественной и зарубежной психологии, методы психологии; между собой такие понятия как: индивид, индивидуальность, личность, субъект деятельности.
- **Приводить** примеры различных видов темперамента; всех видов познавательных процессов;
- **Оценивать** поведение людей с точки зрения психологических норм,
- **Решать** в рамках изученного материала познавательные и практические задачи, отражающие типичные ситуации в различных сферах деятельности человека;
- **Осуществлять поиск** психологической информации по заданной теме из различных ее носителей (материалов СМИ, учебного текста и других адаптированных источников);
- **использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни** для:
 - развития своих способностей;
 - развития рефлексии;
 - адекватного восприятия себя и окружающего мира.

Метапредметные результаты освоения курса должны отражать:

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 курса полностью соответствует требованиям федерального компонента государственного стандарта общего образования по иностранным языкам. 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 применяются следующие **формы организации работы обучающихся**: фронтальная, индивидуальная, парная, групповая, коллективная.

Место предмета в учебном плане. В учебном плане ОУ отводится 34 учебных часа для обязательного изучения курса «Основы психологии» в 11 классе из школьного компонента из расчёта 1 учебный час в неделю.

Учебно-тематический план по курсу «Основы психологии» для профильного психолого-педагогического класса 11 класс, 1 год обучения, 1 час в неделю, 34 часа за курс обучения.

11 класс (34 часа)

№	Тема	Количество часов
1.	Общение.	10
2.	Основы конфликтологии.	5
3.	Технологии успеха.	4
4.	Психологическая подготовка к экзаменам.	7
5.	Выбор профессии с точки зрения психологии.	8
	итого	34 часа

Тематическое планирование 11 класс

№ п/п	Раздел	Название темы урока	Основные задачи
1	Общение	<i>Общение. Понятие, функции общения.</i>	Развитие представлений учащихся о понятии «общение». Знакомство с функциями и формами общения, оценка возросшей значимости роли общения.
2		<i>Виды общения.</i>	Классификация видов общения по разным основаниям, их роли в жизни человека.
3		<i>Коммуникативная сторона общения. Невербальные статические средства общения. Динамические средства общения (мимика, жесты, позы).</i>	Изучение приемов невербальной коммуникации, развитие представлений учащихся об интерпретации невербальных сигналов в общении.
4		<i>Условия эффективного общения. Схема идеального общения.</i>	Условия, способствующие эффективному общению. Проанализировать схему идеального общения с позиции того, на каком этапе происходит потеря информации и каковы причины этих потерь.

5		Умение слушать Виды слушания. Техники активного слушания.	Понятие активного слушания. Развитие у учащихся умения молчать, слушать, ставить себя на место другого человека. Анализ активного и пассивного видов слушания. Сравнение техник «перефразирование», «эхо-техника», «проговаривание собственных чувств», «резюмирование». Оптимальное их применение.
6		Манипулирование. Виды манипуляций. Как распознать манипуляцию? Как противостоять манипуляции.	Изучение одного из распространённых видов неконструктивной коммуникации – манипулирования, анализ его проявлений в поведении, причин, заставляющих людей использовать его во взаимодействии с людьми. Приёмы психологического манипулирования, используемого в рекламных целях, тренировка навыка распознавания приёмов манипулирования. Способы противостояния манипулятору.
7		Секреты воздействия рекламы.	Развитие критического отношения к печатной рекламе с помощью ознакомления с принципами создания рекламы, тренировка навыка создания печатного рекламного плаката. Знакомство учащихся с принципами создания эффективной рекламы, тренировка навыка распознавания истинного смысла рекламного обращения.
8		Деловое общение. Деловая беседа.	Раскрытие понятий «деловое общение», «деловая беседа», изучение фаз ведения деловой беседы, выявление их особенности.
9		Публичное выступление.	Этапы, которые включают публичное выступление, развитие навыка правильного построения доклада (речи) и публичного выступления. Изучение правил конструктивной критики, развитие навыков конструктивной критики.

10		<i>Деловой этикет.</i>	Раскрытие понятий «этикет» и «деловой этикет», правила делового этикета, формирование представлений о деловом этикете как способе регулирования поведения и предотвращения конфликтов.
11	Основы конфликтологии	<i>Конфликт. Типы конфликтов. Причины межличностных конфликтов.</i>	Знакомство с понятием «конфликт», «межличностный конфликт» формирование представлений о видах и типах конфликтов, диагностика конфликтности, развитие представлений о причинах их возникновения, позитивных и негативных последствиях конфликта.
12		<i>Стили поведения в конфликте.</i>	Стили поведения в конфликтной ситуации, их особенности, диагностика собственного стиля поведения в конфликте
13		<i>Конструктивное разрешение конфликтов. Правила поведения и общения в конфликтной ситуации.</i>	Изучение способов конструктивного разрешения конфликтов, формирование представлений учащихся о преимуществах сообщений в форме «Я-высказываний», развитие умения называть чувства и выражать их с помощью «Я-высказывания». Анализ конструктивных и неконструктивных способов поведения в конфликте.
14		<i>Психологические защиты. Проекция.</i>	Представления о наиболее распространенных способах психологических защит, их функциях и роли в поведении человека. Развитие навыков распознавания и анализа особенностей проявления такой защитной стратегии, как проекция.
15	Технологии	<i>Понятие успеха.</i>	<i>Понятие «успех», диагностика потребности в достижении успеха,</i>

	успеха		изучение правил постановки целей.
16		Успех и целеполагание.	Помощь в осознании учащимися своих возможностей по достижению цели, собственных барьеров на пути к достижению успехов. Выработка навыка четкого представления о возможных шагах по реализации цели. Знакомство с техникой направленного воображения, правилами построения образов, развитие навыка программирования будущего — самопрограммирование
17		Стратегии успеха.	Восточная и западная стратегии достижения успеха, их особенности и отличия. Развитие у учащихся понимания необходимости гибкого или устойчивого поведения в зависимости от ситуации.
18	Психологическая подготовка к экзаменам	Экзамен. Правила подготовки к экзаменам.	Преимущества самонаблюдения. Предоставление информации о правилах подготовки к экзаменам.
19		Особенности письменного и устного экзамена.	Особенности письменного и устного экзамена, их плюсы и минусы с точки зрения психологической комфортности.
20		Стресс. Фазы развития стресса.	Понятие «стресс», фазы развития стресса, влияние стресса на организм и психику человека.
21		Способы реагирования на стресс.	Способы реагирования на стресс, выработка адаптивной стратегии поведения в стрессовых ситуациях.
22		Приёмы саморегуляции.	Понятие «психическая саморегуляция», развитие представлений о различных методах саморегуляции эмоциональных состояний (произвольное самовнушение, аутогенная тренировка, дыхательная

			гимнастика, мышечное расслабление). Овладение некоторыми приёмами саморегуляции.
23		Поведение на экзамене.	Психологически выстроенное поведение на экзамене.
24	Выбор профессии с точки зрения психологии	Что я знаю о себе? Какая профессия мне подходит?	В широком смысле слова профориентация – является целью подготовки к сознательному выбору профессии, система государственных мероприятий, обеспечивающая научно обоснованный выбор профессии
25		Жизненные ценности. Что такое жизнь? Кто я? Какой я?	Помочь детям понять, что такое жизнь и осуществить выбор ценностей
26		Определение мотивов выбора профессии	Правильный выбор мотивов выбора профессии позволяет реализовать свой творческий потенциал, избежать разочарований, оградить себя от неуверенности в завтрашнем дне
27		Типы профессий по предмету труда	Знакомство со схемой классификаций профессий, в соответствии с которой все профессии делятся на пять типов. Определить доминантный тип профессии школьников. Мотивировать на совместную деятельность, напомнить о многообразии профессий
28		Темперамент и выбор профессии	Знакомство с 4 типами темперамента, научиться применять полученные знания в повседневной жизни. Определить преобладающий тип своего темперамента
29		Интересы. Карта интересов	Определение профессиональных интересов школьника
30			Самопрезентация и профессия
31		Защита проектов	Активное использование речевых средств и средств информационных

32			и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач
33		<i>Резерв</i>	
34			
			Итого: 34 часа

Календарно-тематическое поурочное планирование 11 класс

№ п,	Дата		Тема урока	К-во часов
	По плану	По факту		
Общение.				
1	06.09		Общение. Понятие, функции общения.	1
2	13.09		Виды общения.	1
3	20.09		Коммуникативная сторона общения. Невербальные статические средства общения. Динамические средства общения (мимика, жесты, позы).	1
4	27.09		Условия эффективного общения. Схема идеального общения.	1
5	04.10		Умение слушать Виды слушания. Техники активного слушания.	1
6	11.10		Манипулирование. Виды манипуляций. Как распознать манипуляцию? Как противостоять манипуляции.	1
7	18.10		Секреты воздействия рекламы.	1
8	25.10		Деловое общение. Деловая беседа.	1
9	08.11		Публичное выступление.	1
10	15.11		Деловой этикет.	1
Основы конфликтологии				
11	06.09		Конфликт. Типы конфликтов. Причины межличностных конфликтов.	1
12	13.09		Стили поведения в конфликте.	1
13	20.09		Конструктивное разрешение конфликтов. Правила поведения и общения в конфликтной ситуации.	1
14	27.09		Психологические защиты. Проекция.	1
Технологии успеха				
15	06.09		Понятие успеха.	1
16	13.09		Успех и целеполагание.	1
17	20.09		Стратегии успеха	1
Психологическая подготовка к экзаменам				
18	06.09		Экзамен. Правила подготовки к экзаменам.	1
19	13.09		Особенности письменного и устного экзамена.	1
20	20.09		Стресс. Фазы развития стресса.	1
21	27.09		Способы реагирования на стресс.	1
22	04.10		Приёмы саморегуляции.	1
23	11.10		Поведение на экзамене.	1
Выбор профессии с точки зрения психологии				
24	06.09		Что я знаю о себе? Какая профессия мне подходит?	1

25	13.09		Жизненные ценности. Что такое жизнь? Кто я? Какой я?	1
26	20.09		Определение мотивов выбора профессии	1
27	27.09		Типы профессий по предмету труда	1
28	04.10		Темперамент и выбор профессии	1
29	11.10		Интересы. Карта интересов	1
30	18.10		Самопрезентация и профессия	1
31	25.10		Защита проектов.	1
32	08.11		Защита проектов.	1
33	15.11		Итоговое занятие по курсу	1
34	06.09		Резерв	1
ИТОГО; 34				

ЛИТЕРАТУРА

Список рекомендуемой литературы для учащихся

1. Алиева М.А. и др. Я сам строю свою жизнь. – СПб., 2000.
2. Аргайл М. Психология счастья. – М., 1990.
3. Берн Э. Игры, в которые играют люди: психология человеческих взаимоотношений.
Люди, которые играют в игры: психология человеческой судьбы. – М., 1997.
4. Бернс Р. Развитие “Я-концепции” и воспитание, 1986.
5. Бородкин Ф.М., Коряк Н.М. Внимание, конфликт. – Новосибирск, 1983.
6. Время личности и время жизни / К.А. Абульханова, С.В.Березина. – СПб., 2001.
7. Горчакова В.Г. Имидж: розыгрыш или код доступа? – М.: Эксмо, 2007.
8. Грей Д. Женщины с Венеры, мужчины с Марса. – Киев, 2002.
9. Григорьева Т.Г. Основы конструктивного общения. В 3 частях. – Новосибирск, 1997.
10. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. – СПб., 2002.
11. Леонтьев А.А. Психология общения. 1999.
12. Мэй Р. Любовь и воля. – М., 1997.
13. Олпорт Г. Зрелая любовь // Становление личности. – М., 2002.
14. Петровская Л.А. Компетентность в общении. – М., 1989.
15. Пиз А., Гарнер А. Язык разговора, 2000.

Литература для учителя

1. Преподавание психологии в школе: Учебно-методическое пособие. 3 – 11 классы / Под ред. И.В.Дубровиной. – М.:

Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж:
Издательство НПО «МОДЭК», 2003.

2. Немов Р.С. Психология в 3-х книгах // Москва, 1995, кн.1

3. Детский психолог // г. Ростов-на-Дону, 1995, №9

4. Практическая психология образования (ред. И.В.Дубровина) // Москва, 1997

5. Психология. Учебное пособие (ред. И.В.Дубровина) // Москва, 1

6. Программа «выбор профессии с точки зрения психологии». Практическое пособие для педагогов-психологов (Е.В.Никитина, Олекминск, 2015)

7. Программа элективного курса по психологии 10-11 класс «Формула успеха» (Гавриш Н.А.).

Прошито, пронумеровано и скреплено

Печатью 14 (Семнадцать) листов

Должность директор

Подпись Е.Г.Макущенко/

