

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Красногорская средняя общеобразовательная школа №1»  
(МОУ «Красногорская СОШ №1»)

**Аннотация к рабочей программе учебного предмета  
«Основы психологии» 10-11 классы.**

Важнейшей задачей современной системы образования в нашей стране является ранняя профориентация обучающихся, одно из направлений которой нацелено на выявление и поддержку педагогически одаренных детей. Деятельность по выявлению и развитию педагогической одаренности приобретает системный характер в рамках психолого-педагогических классов, обеспечивая создание системы непрерывного педагогического образования.

Рабочая программа учебного предмета «Основы психологии», входящего в часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений, реализуется для обучающихся, выбравших педагогический класс, 2 года с 10 по 11 класс в соответствии с учебным планом среднего общего образования МОУ «Красногорская СОШ №1» (5-дневная учебная неделя).

Рабочая программа учебного курса «Основы психологии» для учащихся 10–11 классов общеобразовательных организаций разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (далее – ФГОС СОО), основной образовательной программой среднего общего образования, а также программой воспитания. Программа ориентирована на достижение метапредметных результатов и развитие функциональной грамотности обучающихся.

Программа определяет цель, задачи, содержание и организацию изучения курса «Основы психологии» на уровне среднего общего образования, а также планируемые результаты его освоения.

Целью реализации Программы является создание условий для профессионального самоопределения обучающихся и формирования позитивной установки на выбор педагогической профессии.

Задачи реализации программы:

- мотивировать школьников на осознанный профессиональный выбор и потребность в профессиональном самоопределении с помощью формирования системного представления о педагогической деятельности;
- формировать осмысленное отношение к специфике педагогической профессии, профессионально значимым качествам личности педагога и требованиям к профессиональной педагогической деятельности;
- развивать у обучающихся навыки конструктивного общения, саморегуляции поведения и деятельности, способности работать в команде;
- развивать проектные и исследовательские умения, умения самостоятельно работать с информацией;
- обеспечить практический опыт исследовательской работы.

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Красногорская средняя общеобразовательная школа №1»  
(МОУ «Красногорская СОШ №1»)

**«ПРИНЯТО»**  
Решением методического объединения  
учителей общественно-научных  
дисциплин

Протокол № 1  
от 30.08.2023 г.

**«СОГЛАСОВАНО»**  
Заместитель директора  
по УВР МОУ «Красногорская СОШ №1»

\_\_\_\_\_  
Софонова О.Р.  
«30» августа 2023 г .

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по учебному предмету  
**«Основы психологии»**  
для обучающихся  
10-11 классов  
(в соответствии с Федеральной  
рабочей программой)  
С 01.09.2023г.

**П.2.1.23.** Основной образовательной  
программы среднего общего  
образования МОУ «Красногорская  
СОШ №1», утвержденной приказом  
№ 51/6-Д от 31.08.2023 г.

Красногорский пгт, 2023

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «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.

Учебный предмет «Основы психологии» на уровне среднего общего образования изучается в 10- 11 классах в качестве курса по выбору обучающихся, предлагаемого организацией, осуществляющей образовательную деятельность, с учетом специфики и возможностей организации, осуществляющей образовательную деятельность.

Изучение учебного предмета «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.

Программа курса «Основы психологии» рассчитана на два года обучения. Данная программа предполагает ведение занятий по психологии в 10-11 классах средних общеобразовательных учреждений.

Преподавание курса психологии в средних общеобразовательных учреждениях является актуальной и важной задачей образования. Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, способность к рефлексии и самосовершенствованию, умение строить отношения с окружающими – все это необходимо для развития успешной личности. Введение психологии, как учебного предмета обусловлено тем, что в современной школе отсутствует такой курс, где учащийся смог бы получить знания о самом себе, других людях, о том, каковы мотивы поступков человека и каковы его потенциальные способности.

Срок реализации программы 2 года.

Программа состоит из 34 тем и рассчитана на 68 часов (1 урок в неделю), 34 часа в год.

Цель курса: формирование гуманистического мировоззрения и психологической культуры учащихся.

Задачи курса:

- Формирование психологических знаний;
- Выработка собственной личностной позиции;
- Развитие способностей к критической переработке информации;
- Осознание особенностей человеческой психики и социального поведения;
- Выработка собственной личностной позиции;
- Развитие умений конструктивно решать конфликты;
- Осознание возможности и необходимости быть субъектом общественной жизни;
- Развитие способностей конструктивно строить взаимоотношения с окружающими;
- Воспитание уверенности в себе, чувства собственного достоинства.

Практическую направленность имеют уроки, позволяющие учащимся овладеть приемами саморегуляции, развивать способность к позитивному мышлению.

В программе курса больше времени отводится на активные формы работы, в связи с тем, что одной из главных задач курса является формирование устойчивых навыков конструктивного общения, развития социальной компетентности. Психотехнические игры, элементы

психологического тренинга, разыгрывание ситуаций и ролевые игры позволяют учащимся получить «обратную связь», сформировать навыки анализа интересов, чувств, мотивов партнеров по общению, а также навыки конструктивного ведения диалога.

Насыщенный объем учебного материала направлен на компенсацию отсутствия учебников и хрестоматий. Дополнительный материал можно предложить заинтересованным учащимся для подготовки рефератов, презентаций, творческих проектов.

Контроль знаний проводится по системе зачетов и проверочных работ, на основе подбора вопросов после изучения каждого раздела.

## **2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Благодаря стройной системе психологических уроков в сознании учащихся закладывается жизненно важная установка: «Сила человека находится в нем самом: в его разуме, воле, решимости, творческом системном мышлении, способном к организации себя и окружающих». Немаловажную роль играют уроки психологии в укреплении общего психологического здоровья детей, снятии стрессов, формировании нравственной культуры, цивилизованных норм и правил поведения.

### **Личностные результаты:**

- повышение готовности и способности обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению за счет освоения проблемных ситуаций и вопросов из областей общей психологии, психологии развития, психологии личности и социальной психологии,
- сформированность мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности путем формирования осмысленного и индивидуализированного запроса к изучению психологии как области человеческого знания и практики,
- формирование системы ценностно-смысловых установок, выработка личностной позиции по ряду существенных вопросов, рассматриваемых психологией как наукой.

### **Метапредметные результаты:**

- овладение навыками конструктивной коммуникации и развитие способности их использования в познавательной и социальной практике, умение конструктивно решать конфликтные ситуации,
- самостоятельность в планировании и осуществлении учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками,
- развитие критического мышления (в т.ч. - способности к критической переработке информации и интеграции нового знания с личным опытом),
- развитие навыков анализа, рефлексии и самооценивания.

### **Предметные результаты:**

- освоенные обучающимися в ходе изучения учебного предмета «Введение в психологию» знания и умения, специфические для данной предметной области и связанные с пониманием особенностей человеческой психики и социального поведения,
- сформированность представлений о современной психологической науке и ее методах познания, а также о системе отраслей психологии и основных вопросах и проблемах, рассматриваемых в каждой из них,
- сформированность умений применять психологические знания в познавательной, регулятивной и коммуникативной деятельности,
- владение навыками самоанализа и самооценки на основе наблюдений за собственным поведением и межличностными взаимодействиями;

- умение сформулировать и аргументировать собственную точку зрения по тем или иным психологическим проблемам, различным аспектам социального поведения людей и их социально-психологического взаимодействия.

### **3. РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ**

#### **МОДУЛЬ «ШКОЛЬНЫЙ УРОК»**

Реализация школьными педагогами воспитательного потенциала урока предполагает следующее:

- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;
- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации: соблюдение и актуализация Правил поведения учащихся на уроке;
- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения на этапах целеполагания или рефлексии;
- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
- применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;
- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования своей точки зрения.

#### **4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**10 класс**

*Раздел 1. Введение. (1 ч.)*

1. Предмет психологии. История развития и отрасли психологии.

Основные цели и задачи курса. Понятие «психология». Методы психологии: основные и вспомогательные. Отрасли психологии

## ***Раздел 2. Познавательные процессы, способности (8ч)***

2. Внимание. Виды познавательных процессов. Определение внимания. Виды внимания. Структура и характеристики внимания. Факторы, влияющие на произвольное внимание. Нарушения внимания. Развитие внимания.

3. Воображение. Виды и функции воображения.

1. Память. Определение памяти, основные процессы и продуктивность памяти. Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации. Условия, влияющие на запоминание. Мнемотехника.

2. Мышление. Что такое мышление. Виды мышления. Мыслительные операции. Пути развития и активизации мышления

6-7 Способности. Интеллект. Понятие «способности». Виды способностей. Уровни способностей. Измерение способностей. Понятие «Интеллект». Стороны интеллекта. Коэффициент интеллекта. Развитие интеллектуальных способностей

1. Творческие способности. Креативность. Понятие «креативность». Параметры креативности. Взаимосвязь между креативностью и интеллектом. Развитие креативности.

9. Мозг и психика. Межполушарная асимметрия мозга. Функции правого и левого полушария. Влияние МПАМ на эмоциональную жизнь человека. Доминирование полушарий.

## ***Раздел 3. Личность (17 ч)***

1. Индивид. Личность. Индивидуальность. Структура личности.

1. Психоаналитическая теория личности. З. Фрейд

2. Индивидуальная теория личности. А. Адлер

3. Бихевиоризм

4. Гуманистическая теория личности. А. Маслоу

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

17-18. Характер. Понятие «характер». Условия формирования характера. Акцентуации характера. Типы акцентуаций характера.

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

2. Самоотношение. Значение самоуважения, чувства собственного достоинства для жизнедеятельности человека.

3. Эмоции и чувства. Определения «эмоция» и «чувство». Формы переживания чувств. Виды эмоций

4. Любовь. Экология любви. Любовь в жизни человека.

5. Разные стороны чувства любви. Модели любви. Характер отношений.
6. Дружба. Феномен дружбы.

#### ***Раздел 4. Саморегуляция (4 ч).***

24. Стресс. Определение «стресса» и «дистресса». Фазы развития стресса. Влияние стресса на организм человека.

25. Саморегуляция. Как справиться со стрессом. Виды методов саморегуляции.

Профилактика аддиктивного поведения. Понятие «аддиктивное поведение». Стадии формирования аддиктивного поведения. Возникновение и развитие зависимостей. Умение сказать «нет».

Позитивное мышление. Определение «позитивное мышление». Приемы развития навыков позитивного мышления.

#### ***Раздел 5. Возрастная психология (4ч.)***

29-31. Психологические особенности развития ребенка. Ранний и младший школьный возраст. Общие вопросы возрастной психологии.

32. Подростковый возраст. Психологические и физиологические особенности подросткового возраста.

33. Юность. Психологические и физиологические особенности юношеского возраста.

### **11 класс**

#### ***Раздел 1. Структура, функции и средства общения (9 ч.)***

1-2. Введение. Общение. Структура и средства общения. Знакомство с задачами курса «Психология общения». Структура и средства общения.

3- 5. Невербальные средства общения. Речевые средства общения.

Роль невербальных средств в передаче информации. Мимика. Интонация. Форма изложения. 6. Позиции в общении. Теория Э. Берна об эго-состояниях личности. Схема Томаса А. Харриса.

7. Стили общения. Виды общения. Этикет.

8. Манипулирование. Причины манипулирования. Типы манипулятивных систем.

9. Урок - дискуссия "Что мешает открытому общению?"

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

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

11. Психологические защиты. Механизмы психологических защит.

12. Барьеры в общении. Что мешает полноценному общению. Стереотипизация.

13. Конструктивное общение. Контроль эмоций. Трудности и барьеры, возникающие в повседневном общении.

14. Активное и пассивное слушание. Процесс слушания. Виды слушания.

15-16. Приемы расположения к себе. Самопрезентация. Приёмы расположения к себе. Compliments. Praise and support.

Раздел 3. Конструктивное преодоление конфликтов (2 ч.)

17-18. Конфликт. Стили разрешения конфликтов. Понятие «конфликт». Стили разрешения конфликтов.

19. Управление конфликтами. Динамика конфликта. Конструктивное разрешение конфликта. Контроль эмоций.

**Раздел 4. Психология семейных отношений (4 ч.)**

20. Психологические аспекты семейных отношений. Проблемы на ранних этапах существования семьи.

21-23. Функции семьи. Значение гармоничных отношений в браке.

Детско-родительские отношения. Стили семейного воспитания

**Раздел 5. Психология малых групп (4 ч.)**

24. Коллектив и личность. Роль процесса социализации в развитии личности. Виды групп. Этапы формирования коллектива.

25. Лидерство. Психологические качества лидера. Типы лидеров. Стили управления.

26-27. Социально -психологические особенности взаимодействия в малой группе. Конформизм. Групповые нормы. Факторы, влияющие на уровень конформности.

28. Развитие навыков уверенного отказа. Право на отказ. Приёмы противостоянию давления.

**Раздел 6. Деловое общение (4 ч.)**

29-30. Деловая беседа. Функции деловой беседы. Фазы беседы. Как воспринимать критику.

31. Психологические особенности публичного выступления. Неречевые компоненты публичного выступления. Контроль эмоций.

32. Экзамен - психологические аспекты. Стратегии построения работы на экзамене. Приёмы самонастройки и аутотренинга.

**Раздел 7. Профориентация (4 ч.)**

32. Профессиональное самоопределение. Профориентационная игра «Кто есть кто?»

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

34. Зачётный урок.

35. Закрепление, обобщение.

Материально-техническое: карточки, тесты.

## 5. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ



№	Название раздела	Количество часов		В том числе модуль «Школьный урок»
		Теория	Практика	
<b>10 класс</b>				
1.	Введение.	1	0	1
2.	Познавательные процессы, способности.	2	6	2
3.	Личность.	15	2	2
4.	Саморегуляция	2	2	1
5.	Возрастная психология	3	1	2
<b>11 класс</b>				
1.	Структура, функции и средства общения.	7	2	1
2.	Условия и технологии эффективной коммуникации.	6	1	2
3.	Конструктивное преодоление конфликтов	1	1	
4.	Психология семейных отношений	4	0	2
5.	Психология малых групп и коллективов	4	0	1
6.	Деловое общение	4	0	1
7.	Профориентация	3	1	1

## 6. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 10 КЛАСС

№	Наименование раздела программы Тема урока	Элементы содержания		Вид контроля
		план	факт	
Введение (1 час)				
1(1)*	Предмет психологии, история развития, отрасли психологии.			
Познавательные процессы, способности.( 8часов)				

2(2)*	Внимание (лекция)			Практикум
3	Внимание (практикум)			Диагностика
4	Память (лекция)			Практикум
5	Память (практикум)			Диагностика
6	Мышление (лекция)			Практикум
7(3)*	Мышление (практикум). Интеллект.			Диагностика
8	Творческие способности. Креативность.			
9	Мозг и психика. Межполушарная асимметрия.			Зачет
Личность. (17 часов)				
10	Личность.			
11(4)*	Психоаналитическая теория личности (З. Фрейд).			
12	Индивидуальная теория личности (А. Адлер).			
13	Бихевиоризм.			
14	Гуманистическая теория личности (А. Маслоу).			
1516	Темперамент (лекция)  Темперамент (практикум).			Зачёт  Диагностика
17(5)*	Характер			
18	Самопознание «Я - концепция».			
19	Самоотношение.			

20	Эмоции и чувства (лекция)			Практикум
21	Эмоции и чувства (практикум).			
22	Любовь.			
23	Экология любви.			
24	Дружба.			
25	Стресс.			Практикум
Саморегуляция. (4часа)				
26	Саморегуляция.			Практикум
27(6)*	Обобщающий урок			
28	Профилактика аддиктивного поведения.			
29	Позитивное мышление.			
Возрастная психология (4часа)				
30(7)*	Психологические особенности развития ребенка.			
31	От рождения до школы			
32	Подростковый возраст.			
33(8)*	Юность			
34	Зачетный урок			Зачет

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 11 КЛАСС

№	Наименование раздела программы Тема урока			Вид контроля
		план	факт	
Структура, функции и средства общения.(9часов)				
1(1)*	Общение. Структура и средства общения.			

2	Невербальные средства общения.			
3	Невербальные средства общения.			
4	Речевые средства общения.			
5	Позиции в общении.			
6	Стили общения			
7	Манипулирование.			
8	Урок-дискуссия «Что мешает открытому общению?»			Практикум
9	Обобщающий урок			Зачет
Условия и технологии эффективной коммуникации.(7часов)				
10(2)*	Механизмы межличностного восприятия.			
11	Психологические защиты.			
12	Барьеры в общении.			Зачёт
13	Конструктивное общение.			
14	Контроль эмоций.			
15(3)*	Активное и пассивное слушание.			
16	Приемы расположения к себе.Самопрезентация.			
Конструктивное преодоление конфликтов(2часа)				
17	Конфликт.Стили			

	разрешения конфликтов.			
18	Управление конфликтом.			Зачёт
Психология семейных отношений(4часа)				
19	Психологические аспекты семейных отношений.			
20(4)*	Функции семьи.Стили семейного воспитания.			
21	Детско-родительские отношения.			
22(5)*	Коллектив и личность.			
Психология малых групп и коллективов(4часа)				
23	Лидерство.			
24	Социально-психологические особенности взаимодействия людей в малой группе. Конформизм.			
25(6)*	Развитие навыков уверенного отказа.			
26	Обобщение			
Деловое общение(4часа)				
27	Деловая беседа			
28(7)*	Деловая беседа			
29	Психологические особенности публичного выступления.			
30	Зачётный урок.			

	Психологические аспекты.			
Профориентация(4часа)				
31	Профессиональное самоопределение.			
32(8)*	Проектирование профессионального жизненного пути.			
33	Зачетный урок			Зачет
34	Закрепление, обобщение.			

\* – в том числе модуль «Школьный урок»