

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 5 пгт. Сибирцево Черниговского района

«Согласовано»  
Заместитель директора по ВР  
М.П.Кузнецова  
31.08.2023

«Утверждаю»  
Директор МБОУСОШ № 5  
Л.В.Бредюк  
31.08.2023 г.

### Рабочая программа «Основы психологии»

**Направление:** психологическое

**Возрастная категория:** 10 класс

**Количество часов:** 34

**Составители:** Тимофеева А.А.

**Цели и задачи курса для учителя:**

*Образовательные:* развитие понятийного аппарата.

*Развивающие:* развитие навыков понимания окружающих (взаимопонимания), развитие навыков эмпатии.

*Воспитательные:* воспитание эмоциональной культуры школьников.

**Цели и задачи курса для учеников:**

*Образовательные:* развитие понятийного аппарата.

*Развивающие:* развитие навыков понимания окружающих (взаимопонимания), развитие навыков эмпатии.

*Воспитательные:* воспитание эмоциональной культуры школьников.

#### 1. Планируемые результаты освоения курса:

**Личностные:**

- формирование способности к духовному развитию, реализации творческого потенциала на основе самовоспитания и универсальной духовно-нравственной компетенции — «становиться лучше»;
- укрепление нравственности, основанной на свободе воли и духовных отечественных традициях, внутренней установке личности школьника поступать согласно своей совести;
- формирование нравственного смысла учения, социально-ориентированной и общественно-полезной деятельности;
- усвоение обучающимся базовых национальных ценностей, духовных традиций народов России;
- укрепление у подростка позитивной нравственной самооценки, самоуважения и жизненного оптимизма;
- развитие эстетических потребностей, ценностей и чувств.

**Предметные:**

*Иметь представления о:*

1. Значение, характере и специфических особенностях педагогической профессии.
2. Социальной значимости труда учителя.
3. Роли и сущности педагогической профессии.
4. Закономерностях становления и развития личности, индивидуально-психологических особенностях человека.

*Знать:*

1. Требования, предъявляемые к личности педагога;
2. Основные теоретические и прикладные положения психологии.

**Метапредметные:**

*Познавательные:*

- Проводить по самостоятельно составленному плану небольшое исследование своих личностных и биологических черт;

- Исследовать несложные практические ситуации, связанные с решением жизненных задач в смоделированной социальной среде. Определять информацию, недостающую для решения той или иной задачи.
- Представлять информацию в виде кратких выводов и обобщений.
- Сопоставлять и обобщать информацию, представленную в разных формах (описательную, графическую, аудиовизуальную).

*Регулятивные:*

- Владеть социокультурными нормами поведения, соблюдать нормы речевого этикета; уместно пользоваться внеязыковыми средствами общения.
- Публично представлять результаты проведенного анализа полученной информации, выполненного исследования, проекта, профессиональной пробы; самостоятельно выбирать формат выступления с учетом цели презентации и особенностей аудитории и в соответствии с этим составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративного материала.

*Коммуникативные:*

- Выражать свою точку зрения и аргументировать ее в диалогах и дискуссиях; сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога и полилога, обнаруживать различие и сходство позиций; корректно выражать свое отношение к суждениям собеседников.
- Формулировать цель учебной деятельности, планировать ее, осуществлять самоконтроль, самооценку, самокоррекцию; объяснять причины достижения (недостижения) результата деятельности.
- Управлять собственными эмоциями, корректно выражать их в процессе речевого общения.

**В результате изучения дисциплин учащиеся должны**

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

**Диагностика усвоение результатов курса:**

1. Диагностика индивидуальных особенностей личности// <https://onlinetestpad.com/ru/testview/2778-diagnostics-individualnykh-osobennostej-lichnosti>
2. Диагностический материал для изучения личностных качеств подростков// <https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2012/11/05/diagnosticheskiy-material-dlya-izucheniya-lichnostnykh>

**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	8	6
4	Эмоционально-волевая сфера личности	2	3

	Всего	21	15
--	-------	----	----

### «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.**

**Тема 1.** 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.

**Тема 2.** 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 на предложенную тему и проанализировать результаты.

#### **Познавательные процессы**

**Тема 3.** 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.

**Тема 4.** 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 одноклассников и проанализировать результаты.

**Тема 5.** Память.

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

(1 час, практика). Практическая работа: применить мнемотехнические приёмы запоминания и проанализировать результаты.

**Тема 6.** 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 одноклассников и проанализировать результаты.

**Тема 7.** 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**

#### **Тема 8.** 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 собственного темперамента и проанализировать результаты.

#### **Тема 9.** 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.

#### **Тема 10.** 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.

#### **Тема 11.** Личность и профессия.

(3 часа, теория) Психологические основы профессиональной ориентации. Общее понятие о профессиональной пригодности. Психологическая структура профессиональной деятельности. Формула профессии. Профессиональные интересы, склонности и способности. Методы диагностирования профессиональной пригодности.

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

### **Эмоционально-волевая сфера личности**

#### **Тема 12.** 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».

#### **Тема 13.** 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»

## **Личность в деятельности и общении**

**Тема 1.** Соотношение понятий - «человек», «личность», «индивидуальность».

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

**Тема 2.** Психологическая структура личности.

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

**Тема 3.** 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.

**Тема 4.** 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 школьников старших и младших классов и проанализировать результаты.

**Тема 5.** 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».

**Тема 6.** 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.

**Тема 7.** 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.

**Тема 8.** 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.

**Тема 9.** 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.

**Тема 10.** 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.

**Тема 11.** 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**

**Тема 12.** Младенчество

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

**Тема 13.** Ранее детство

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

**Тема 14.** Дошкольное детство

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

**Тема 15.** 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.

**Тема 16.** Подростковый возраст

(2 часа, теория) Общая характеристика подросткового возраста. Анатомофизиологические 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.

**Тема 17.** 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».

### **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., Шабаева 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.
- Сластенин 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

