

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Омской области

Департамент образования Омской области

**БОУ г. Омска "Средняя общеобразовательная школа с углубленным
изучением отдельных предметов № 73"**

РАССМОТРЕНО

[Руководителем МО]

[Алексееenko А.И.]
[Номер приказа] от
«[число]» [месяц] [год] г.

СОГЛАСОВАНО

**[Заместителем
директора по УВР]**

[Миронович Е.М.]
[Номер приказа] от
«[число]» [месяц] [год] г.

УТВЕРЖДЕНО

[Директором школы]

[Кокоулина А.Н.]
[Номер приказа] от
«[число]» [месяц] [год] г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Психология»

для обучающихся 10-11 классов

Омск 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного курса «Основы психологии» для учащихся 10–11 классов (далее – Программа) разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, основной образовательной программой среднего общего образования, а также программой воспитания.

Программа разработана в помощь обучающимся, чтобы посредством метода активного включения в познавательную и волонтерскую деятельность школьники могли принять решение о правильности предпрофессионального выбора; включиться в процесс самоопределения, саморазвития, самовоспитания и самообразования.

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.

Методологической основой Программы является системно-деятельностный подход, предполагающий активную учебно-познавательную деятельность обучающихся, формирование готовности к саморазвитию и непрерывному образованию, в данном случае в области психологии. В рамках освоения Программы происходит развитие метапредметных умений, включающих, наряду с другими, универсальные учебные действия: способность формулировать и аргументировать собственную точку зрения, самостоятельно выбирать оптимальные коммуникативные стратегии в различных ситуациях общения.

Таким образом, Программа направлена не только на получение целостной системы знаний об основах психологии, но и на достижение метапредметных и личностных результатов. Основные содержательные линии учебного курса представлены в программе «Основы психологии» в виде модулей, изучение которых обеспечивает достижение поставленной цели. Каждая тема программы направлена на решение конкретной задачи, для которой разрабатывается соответствующий кейс (основы теории, цитаты и портреты педагогов, схемы для анализа, примеры конкретных ситуаций, ключевые слова, проблемные вопросы, описание методов для практической работы, др.). Место учебного курса в учебном плане Изучение основ психологии на уровне среднего общего образования предполагается за счет часов части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, в объеме: 10 классе – 34 часа, в 11 классе – 34 часа.

Тематическое планирование 10 класс

№	Тема урока	часы	Тип урока, его форма	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки учащихся (результат)	10 класс	
1	Предмет и задачи курса	1	Урок усвоения новых знаний. Лекция с элементами беседы.	Познакомить учащихся с ролью психологии как науки, историей её возникновения, отраслями психологии	Знать: Зачем нужно изучать психологию. Что изучает психология Уметь: Подведение итогов урока (Что запомнилось больше всего, что было наиболее полезно, интересно)		
2	Внимание	1	Урок усвоения новых знаний. Беседа Урок усвоения новых знаний. Беседа с выполнением практических заданий	Познакомить учащихся с понятиями «познавательные процессы» Обучить приёмам развития внимания	Знать: Что такое познавательные процессы Определение «внимание» Виды внимания Уметь: - применять способы развития внимания		
3	Память	1	Урок усвоения новых знаний. Рассказ учителя с выполнением практических заданий	Познакомить учащихся с видами памяти и механизмами запоминания. Предоставить возможность выявлять индивидуальные особенности своей памяти.	Знать: - определение «памяти» Виды памяти Условия влияющие на запоминание Уметь: Способы лучшего запоминания		
4	Мышление	1	Урок усвоения новых знаний. Рассказ учителя с выполнением	Представление о различных процессах и операциях	Знать: Что такое мышление Виды мышления Пути развития и активизации мышления		

			практических заданий	мышления	Уметь: Приёмы развития логического мышления		
5	Способности. Интеллект	1	Урок усвоения новых знаний, умений и навыков. Беседа с выполнением практических заданий Беседа с решением ситуационных задач	Представление о способностях	Знать: - что такое способности Условие развитие способностей Уметь: - факторы влияющие на развитие способностей - способы измерения интеллекта		
6	Творческие способности. Креативность	1	Урок усвоения новых знаний. Лекция с элементами беседы	Соотношение креативности и интеллекта	Знать: Что такое творчество Творческие способности Взаимосвязь между креативностью и интеллектом Уметь: Приёмы активизации мыслительной деятельности»		
7	Мозг и психика. Межполушарная асимметрия мозга	1	Урок усвоения новых знаний. Лекция	Особенности функционирования правого и левого полушарий, специализацией полушарий.	Знать: Строение мозга Функции правого и левого полушарий Специализация полушарий Уметь: Как связана межполушарная асимметрия		
8	Личность	1	Урок применение новых знаний, умений и навыков. Практическая работа	Представление о личности как единстве социального и биологического.	Уметь: Что такое индивидуум и личность Структура личности		
9-10	Психоаналитическая теория личности (З. Фрейд)	2	Урок применения новых знаний, умений и навыков. Практическая	Основы положения психоанализа	Знать: Теории личности Сознательное и бессознательное		

			работа				
11	Индивидуальная теория личности (А. Адлер)	1	Урок усвоения новых знаний, умений и навыков. Беседа	Представление о структурных компонентах концепции	Знать: Основные понятия теории Адлера Социальных интересов и стиль жизни		
12	Бихевиоризм	1	Урок усвоения навыков и умений. Семинар Практическая работа	Основные положения теории бихевиоризма и социального научения	Знать: Личность и поведение с точки зрения бихевиоризма Социальное научение		
13-14	Гуманистическая теория личности (А. Маслоу)	2	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Основные принципы гуманистической психологии	Знать: Концепция становления Мотивация. Иерархия потребностей		
15-16	Темперамент	2	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Психодинамические особенности личности	Знать: Проявление темперамента в разных сферах психики Учение о типах нервной системы Типы темперамента Уметь: Самоанализ с помощью определения своего типа нервной системы и типа темперамента		
17	Характер	1	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Особенности черт характера	Знать: Что такое характер человека Связь характера и темперамента Уметь: Преобразовывать свой характер в желательную для себя сторону		
18	Самосознание. «Я - концепция»	1	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Структура и функции самопознания	Знать: Процесс самосознания и «Я – образ»		
19-20	Самоотношение	2	Уроки применения новых знаний, умений и	Значение самоуважения, чувства собственного	Уметь: Пути формирования адекватной самооценки		

			навыков. Защита мини – проектов учащихся	достоинства для жизнедеятельности человека		
21-22	Эмоции и чувства	2	Уроки усвоения новых знаний, навыков и умений. Беседа с выполнением практических заданий	Важность эмоциональной регуляции жизнедеятельности человека	Знать: Понятия «эмоциональная сфера личности, чувств, эмоций» Уметь: Индицировать эмоциональное состояние других людей	
23-24	Любовь	2	Уроки применения новых знаний, умений и навыков. Беседа с выполнением практических заданий	Уникальность переживания чувства любви каждым человеком	Знать: Любовь в жизни человека Разные стороны чувства любви Уметь: Представление о различных видах любви	
25-26	Экология любви	2	Уроки применения новых знаний, умений и навыков. Защита мини – проектов учащихся	О «подводных камнях», которые встречаются в отношениях влюблённых людей	Уметь: Различать проявление деструктивных тенденций и насилия в близких отношениях	
27-28	Дружба	2	Урок усвоения новых знаний, навыков и умений. Деловая игра	Раскрытие феномена «Дружба»	Знать: Что такое дружба Особенности юношеской дружбы Факторы влияющие на зарождения дружбы Уметь: Развивать навыки конструктивного поведения в дружеских отношениях	
29-30	Стресс	2	Уроки обобщения и систематизации новых знаний. Решение ситуационных задач	Влияние стресса и дистресса на организм и психику человека	Знать: Что такое стресс Стресс и дистресс Фазы развития стресса Уметь: Выработать адаптивную стратегию поведения в стрессовых ситуациях	

31	Саморегуляция	1	Урок усвоения новых знаний. Беседа с решением ситуационных задач	Представление о различных методах саморегуляции эмоциональных состояний	Знать: Что такое Саморегуляция Чувства и их телесное выражение Уметь: Развивать навыки преодоления негативных эмоциональных состояний		
32	Профилактика аддиктивного поведения	1	Урок усвоения новых знаний. Беседа с элементами самостоятельной работы	Знания о вредных последствиях злоупотребления алкоголем и наркотическими веществами	Знать: Почему подростки не слышат предостережений Как влияет курение на внешний вид человека Уметь: Формулировать установку на необходимость здорового образа жизни		
33	Позитивное мышление	1	Урок усвоения новых знаний. Беседа с элементами самостоятельной работы	Представление о важности позитивного мышления и его приёмах	Знать: Как влияет образ мыслей на жизнь человека Приёмы позитивного мышления Уметь: Развивать навыки позитивного мышления		
34	Обобщение	1	Уроки обобщения и систематизации знаний. Итоговая диагностика				

ИТОГО: 34 часа

**Тематическое планирование
11 класс**

№	Тема урока	часы	Тип урока, его форма	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки учащихся (результат)	11 класс	
1	Общение. Структура и средства общения	1	Урок усвоения новых знаний. Лекция с элементами беседы.	Значение понятия общение, структура и средства общения	Знать: Знакомство с целями всего курса Общение и его стороны		
2-3	Невербальные средства общения	2	Урок усвоения новых знаний. Беседа с выполнением практических заданий	Приёмы невербальной коммуникации, интерпретация невербальных сигналов	Знать: Основные каналы общения Невербальное общение Позы и жесты Уметь: Наблюдать за жестами, позой, мимикой и даже походкой		
4	Речевые средства общения	1	Урок усвоения новых знаний. Рассказ учителя с выполнением практических заданий	Раскрыть значение интонации в общении и различных речевых средств	Знать: Что такое интонация Темп и громкость речи Форма изложения Уметь: Распознавать эмоциональное состояние человека		
5	Позиции в общении	1	Урок усвоения новых знаний. Рассказ учителя с выполнением практических заданий	Основы теории Э. Берна об эго – состояниях личности	Знать: Различные состояния «Я» Эго – состояние «Родитель», «Взрослый», «Ребёнок» Уметь: Раскрыть преимущества и недостатки разных позиций в общении		
6	Стили общения	1	Урок усвоения новых знаний, умений и навыков. Беседа с решением ситуационных задач	Представление об особенностях наиболее эффективных в общении стилей	Знать: Виды общения Уметь: Правила этикета в общении		

7	Манипулирование	1	Урок усвоения новых знаний. Лекция с элементами беседы	Раскрыть один из видов неконструктивного общения	Знать: Что такое манипулирование Причины манипулирования Уметь: Распознавать и противостоять манипулированию со стороны других людей		
8	«Что мешает открытому общению?»	1	Урок - дискуссия	Проверка пройденного материала в форме игры	Уметь: Распознавать и противостоять манипулированию со стороны других людей		
9	Механизмы межличностного восприятия	1	Урок применение новых знаний, умений и навыков. Практическая работа	Познакомить с основными феноменами межличностного восприятия	Знать: Роль первого впечатления Эффект Ошибки превосходства Уметь: Развивать способность более глубокого понимания влияния этих механизмов на процесс общения		
10-11	Психологические защиты	2	Урок применения новых знаний, умений и навыков. Практическая работа	Представление о механизмах психологических защит	Знать: Что такое «Психологические защиты» Уметь: Функции и роли в поведении человека		
12	Барьеры общения	1	Урок усвоения новых знаний, умений и навыков. Беседа	Представление о барьерах в общении, основные психологические феномены, препятствующие эффективному общению	Знать: Что мешает полноценному общению Уметь: Развивать навыки преодоления барьеров в общении		
13-14	Конструктивное общение. Контроль эмоций	2	Урок усвоения навыков и умений. Семинар Практическая работа	Рассмотреть приёмы управления своими эмоциями	Знать: Способы снижения эмоциональной напряженности. Уметь: Развивать способность к выработке собственных способов эффективной коммуникации		

15	Активное и пассивное слушание	1	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Раскрыть важность умения слушать для эффективного общения; познакомить учащихся с видами слушания, техниками активного слушания	Знать: Виды слушания Уметь: Развить навыки эмпатического слушания		
16-17	Приёмы и расположение к себе. Самопрезентация.	2	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Познакомить учащихся с приемами расположения к себе собеседника; изучить функции и конструкции комплиментов и других знаков внимания	Знать: Знаки внимания Комплименты Уметь: Развить навыки использования знаков внимания, эффективной самопрезентации.		
18	Конфликт. Стили разрешения конфликтов	1	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Познакомить учащихся с понятием «конфликт»; дать представление о различных стилях разрешения конфликта	Знать: Что такое конфликт Основные стили разрешения конфликтов Уметь: Углубить самопонимание путем выявления своего собственного стиля, характерного для поведения в конфликте		
19	Управление конфликтом	1	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Рассмотреть способы конструктивного поведения в конфликте, методы управления конфликтом, роль эмоций в динамике конфликта	Знать: Динамика конфликта Конструктивное разрешение конфликтов Уметь: Развить навыки творческого разрешения конфликтных ситуаций		
20-21	Психологические аспекты семейных отношений	2	Уроки применения новых знаний, умений и навыков.	Рассмотреть некоторые из проблем, возникающих на ранних этапах существования семьи, проанализировать факторы, влияющие на стабильность брака	Уметь: методы конструктивного разрешения семейных конфликтов		
22-23	Функции семьи. Стили семейного	2	Уроки усвоения новых знаний,	Познакомить учащихся с функциями семьи, более	Знать: Значение гармоничных отношений в		

	воспитания		навыков и умений. Беседа с выполнением практических заданий	детально остановиться на воспитательной функции; изучить стили гармоничного и негармоничного воспитания; дать представление о психологических проблемах родителей в семьях с негармоничным стилем воспитания	браке Функции семьи Уметь: понимание собственных ожиданий от брака		
24	Интимные отношения	1	Уроки применения новых знаний, умений и навыков.	Повысить уровень культуры учащихся в сфере интимных отношений	Знать: Роль интимных отношений в жизни человека Норма и патология		
25	Коллектив и личность	1	Уроки применения новых знаний, умений и навыков.	Познакомить учащихся с видами малых групп, с этапами формирования коллектива	Уметь: представление о распределении ролей в коллективе		
26	Лидерство	1	Урок усвоения новых знаний, навыков и умений.	Познакомить учащихся с типами лидерства, стилями управления коллективом; дать представление о психологических качествах, необходимых лидеру; углубить понимание своих способностей к руководству людьми	Знать: Кто может стать лидером? Психологические качества лидера Типы лидеров Уметь: развить навыки конструктивной презентации лидерских качеств		
27	Социально - психологические особенности взаимодействия людей в малой группе. Конформизм	1	Уроки обобщения и систематизации новых знаний. Решение ситуационных задач	Познакомить учащихся с понятием «групповые нормы», феноменом группового давления, понятием «конформизм», с причинами высокого уровня конформности	Знать: Групповые нормы Конформизм Уметь: развить навыки отстаивания своей позиции в группе		

28	Развитие навыков уверенного отказа	1	Урок усвоения новых знаний. Беседа с решением ситуационных задач	Дать учащимся рекомендации, направленные на развитие способности противостоять давлению сверстников, умения сказать «нет»;	Знать: Почему не всегда удастся сказать «нет»? Право на отказ Уметь: сформировать навыки уверенного отказа		
29-30	Деловая беседа	2	Урок усвоения новых знаний. Беседа с элементами самостоятельной работы	Познакомить учащихся с условиями и приемами эффективного ведения деловой беседы, фазами беседы; проанализировать различные тактики и стили ведения беседы	Знать: Деловое общение Функции деловой беседы Уметь: развить навыки правильного построения делового разговора		
31	Психологические особенности публичного выступления	1	Урок усвоения новых знаний. Беседа	Познакомить учащихся с компонентами и различными стратегиями публичного выступления	Знать: Неречевые компоненты публичного выступления Язык выступающего Уметь: развить навыки публичного выступления		
32	Экзамен. Психологические аспекты	1	Уроки обобщения и систематизации знаний.	Познакомить учащихся с приемами, позволяющими более успешно построить свой ответ на экзамене	Знать: Стратегии построения ответа на экзамене Приемы самонастройки и аутотренинга Уметь: навыки преодоления тревоги и волнения в условиях экзамена		
33	Профессиональное самоопределение	1	Урок игра	Формирование общей готовности к самоопределению, * активизация проблемы выбора профессии; выявление профессиональных интересов и склонностей учащихся; расширение представлений о мире	Профориентационная игра «Подарок»		

				профессий и их особенностях			
34	Проектирование профессионального жизненного пути	1	Уроки обобщения и систематизации знаний.	Дать учащимся представление об основах стратегии выбора профессии, различных факторах, которые нужно учесть при выборе профессии; познакомить учащихся с требованиями, предъявляемыми к различным профессиям (профессионально важные качества); дать общую информацию о высших учебных заведениях, рынке труда	Уметь: навыки использования алгоритма принятия решений		
ИТОГО: 34 часа							

Общеучебные умения, навыки и способы деятельности

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетными для учебного предмета «Психология» являются:

Приемы элементарной исследовательской деятельности.

Выдвижение гипотезы на основе житейских представлений или изученных закономерностей; выбор условий проведения наблюдения или опыта, использование диагностических методик для измерения психологических особенностей личности; сравнение по выделенным признакам.

Способы работы с естественнонаучной информацией.

Поиск необходимой информации в справочных изданиях (в том числе на электронных носителях, в сети Internet); использование дополнительных источников информации при решении учебных задач; работа с текстами естественнонаучного характера (пересказ; выделение в тексте терминов, описаний наблюдений и опытов; составление плана; заполнение предложенных таблиц).

Коммуникативные умения.

Подготовка кратких сообщений с использованием естественнонаучной лексики и иллюстративного материала (в том числе компьютерной презентации в поддержку устного выступления); корректное ведение учебного диалога при работе в малой группе сотрудничества.

Способы самоорганизации учебной деятельности.

Оценка собственного вклада в деятельность группы сотрудничества; самооценка уровня личных учебных достижений по предложенному образцу.

