

РАССМОТРЕНО  
Руководитель ШМО  
Четверкин А.В.

Протокол №7  
от «25» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по УР  
Старостина Е.В.

«31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор  
Фадеева Т.П..

Приказ №163 от «1» сентября  
2023 г.

ПОЛУЧАТЕЛЬ МБОУ "Средняя Общеобразовательная Школа №119" Авиастроительного Района г.Казани	ПОДПИСАНО
ВЛАДЕЛЕЦ СЕРТИФИКАТА Фадеева Татьяна Петровна	
ДОЛЖНОСТЬ ДИРЕКТОР ШКОЛЫ	
СЕРТИФИКАТ 058F65748449001534502EEF28ECB284	
ПОДПИСЬ ВЕРНА	

**МБОУ «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 119»**  
**АВИАСТРОИТЕЛЬНОГО РАЙОНА Г.КАЗАНИ**  
**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА НА УРОВЕНЬ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**учебного предмета «Психология»**  
**10 - 11 класс**

Рассмотрено на заседании  
Педагогического совета  
Протокол №1 от  
"25" августа 2023 г.

2023-2024 учебный год

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и молодежной политики Владимирской области**  
**Управление образования Муромского района**  
**МБОУ "Ковардицкая СОШ"**

РАССМОТРЕНО

ШМО естественно-научного  
цикла

\_\_\_\_\_  
Фролова Н.Н.  
Протокол № 1 от 31.09. 2023г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

\_\_\_\_\_  
Евсеева Т.Л.  
Протокол № 1 от 31.09. 2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ Ковардицкая  
СОШ

\_\_\_\_\_  
Галкина Г.С.  
Протокол № 1 от 31.09. 2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Основы психологии»**

для обучающихся 10-11 классов

на 2023-2024 учебный год.

Составитель: Лякина Л.А.  
социальный педагог

**с. Ковардицы, 2023.**

## 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 системнодеятельностный 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	<b>Знать:</b> Зачем нужно изучать психологию. Что изучает психология <b>Уметь:</b> 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 приемам развития внимания	<b>Знать:</b> Что такое познавательные процессы Определение «внимание» Виды внимания <b>Уметь:</b> - 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.	<b>Знать:</b> - определение «памяти» Виды памяти Условия влияющие на запоминание <b>Уметь:</b> Способы лучшего запоминания		
4	Мышление	1	Урок усвоения новых знаний. Рассказ учителя с выполнением	Представление о различных процессах и операциях	<b>Знать:</b> Что такое мышление Виды мышления Пути развития и активизации мышления		

			практических заданий	мышления	<b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> - что такое способности Условие развитие способностей <b>Уметь:</b> - 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	<b>Знать:</b> Что такое творчество Творческие способности Взаимосвязь между креативностью и интеллектом <b>Уметь:</b> 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.	<b>Знать:</b> Строение мозга Функции правого и левого полушарий Специализация полушарий <b>Уметь:</b> Как связана межполушарная асимметрия		
8	Личность	1	Урок применение новых знаний, умений и навыков. Практическая работа	Представление о личности как единстве социального и биологического.	<b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> 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	<b>Знать:</b> 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	<b>Знать:</b> 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	<b>Знать:</b> Концепция становления Мотивация. Иерархия потребностей		
15-16	Темперамент	2	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Психодинамические особенности личности	<b>Знать:</b> Проявление темперамента в разных сферах психики Учение о типах нервной системы <b>Типы темперамента</b> <b>Уметь:</b> Самоанализ с помощью определения своего типа нервной системы и типа темперамента		
17	Характер	1	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Особенности черт характера	<b>Знать:</b> Что такое характер человека Связь характера и темперамента <b>Уметь:</b> Преобразовывать свой характер в желательную для себя сторону		
18	Самосознание. «Я - концепция»	1	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Структура и функции самопознания	<b>Знать:</b> Процесс самосознания и «Я – образ»		
19-20	Самоотношение	2	Уроки применения новых знаний, умений и	Значение самоуважения, чувства собственного	<b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Понятия «эмоциональная сфера личности, чувств, эмоций» <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Любовь в жизни человека Разные стороны чувства любви <b>Уметь:</b> 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	<b>Уметь:</b> 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»	<b>Знать:</b> Что такое дружба Особенности юношеской дружбы Факторы влияющие на зарождения дружбы <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Что такое стресс Стресс и дистресс Фазы развития стресса <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Что такое Саморегуляция Чувства и их телесное выражение <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Почему подростки не слышат предостережений Как влияет курение на внешний вид человека <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Как влияет образ мыслей на жизнь человека Приёмы позитивного мышления <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> 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	<b>Знать:</b> Основные каналы общения Невербальное общение Позы и жесты <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Что такое интонация Темп и громкость речи Форма изложения <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Различные состояния «Я» Эго – состояние «Родитель», «Взрослый», «Ребёнок» <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Виды общения <b>Уметь:</b> Правила этикета в общении		

7	Манипулирование	1	Урок усвоения новых знаний. Лекция с элементами беседы	Раскрыть один из видов неконструктивного общения	<b>Знать:</b> Что такое манипулирование Причины манипулирования <b>Уметь:</b> Распознавать и противостоять манипулированию со стороны других людей		
8	«Что мешает открытому общению?»	1	Урок - дискуссия	Проверка пройденного материала в форме игры	<b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Роль первого впечатления Эффект Ошибки превосходства <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Что такое «Психологические защиты» <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Что мешает полноценному общению <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Способы снижения эмоциональной напряженности. <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Виды слушания <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Знаки внимания Комплименты <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Что такое конфликт Основные стили разрешения конфликтов <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Динамика конфликта Конструктивное разрешение конфликтов <b>Уметь:</b> 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	<b>Уметь:</b> методы конструктивного разрешения семейных конфликтов		
22-23	Функции семьи. Стили семейного	2	Уроки усвоения новых знаний,	Познакомить учащихся с функциями семьи, более	<b>Знать:</b> 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 <b>Уметь:</b> понимание собственных ожиданий от брака		
24	Интимные отношения	1	Уроки применения новых знаний, умений и навыков.	Повысить уровень культуры учащихся в сфере интимных отношений	<b>Знать:</b> 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	<b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Кто может стать лидером? Психологические качества лидера Типы лидеров <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Групповые нормы Конформизм <b>Уметь:</b> 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»;	<b>Знать:</b> Почему не всегда удается сказать «нет»? Право на отказ <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Деловое общение Функции деловой беседы <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Неречевые компоненты публичного выступления Язык выступающего <b>Уметь:</b> 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	<b>Знать:</b> Стратегии построения ответа на экзамене Приемы самонастройки и аутотренинга <b>Уметь:</b> 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	Профорориентационная игра «Подарок»		

				профессий и их особенностях		
34	Проектирование профессионального жизненного пути	1	Уроки обобщения и систематизации знаний.	<p>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</p>	<p><b>Уметь:</b> навыки использования алгоритма принятия решений</p>	
<b>ИТОГО: 34 часа</b>						

## **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.





