

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ровнопольская школа Волновахского муниципального округа» Донецкой
Народной Республики

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО

Протокол от «29» 08 24 г. № 1

Руководитель ШМО

А.А. Бутмар И.И. -

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УВР

О.С. Кубаренко

«29» 08 24 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ «Ровнопольская
школа Волновахского М.О.»

Т.Ю. Корхова

«29» 08 24 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса

«Основы психологии»

(наименование предмета)

Среднего общего образования

(уровня общего образования)

для 10-11 класса

Рабочую программу составил(а):

О.В. Тарханова

учитель педагог-психолог

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цели и задачи изучения учебного курса «Основы психологии»

Основной целью преподавания элективного курса «Основы психологии» для учащихся 10-11х классов является изучение основ психологии и формирование психологической культуры учащихся. Изучение курса будет способствовать развитию социальной компетентности учащихся, раскрытию способностей, овладению навыками самоанализа, пониманию чувств и мотивов поведения людей; позитивному повседневному и деловому общению. Основные акценты в процессе обучения предлагается направить на формирование готовности обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, способности ставить цели и строить жизненные планы.

Образовательные задачи:

- формирование у школьников представлений о человекоцентрированной профессиональной деятельности;
- предоставление возможностей для получения опыта психолого-педагогической и социально-педагогической деятельности (профессиональные пробы);
- развитие у школьников навыков XXI века (в том числе склонностей и способностей к психолого-педагогической деятельности).

Общая характеристика учебного предмета

Учебный курс «**Основы психологии. 10-11 классы**» построен с учётом актуальных направлений развития образования, в соответствии с требованиями ФГОС СОО. Межпредметная линия взаимодействия связывает учебный курс «Основы психологии» с общественными и естественными науками. Специфика учебного предмета «Обществознание» обусловлена, прежде всего, его комплексностью в изучении социальных явлений и их значимости в жизни человека. Именно обществознание формирует базис для становления личности обучающихся, развития их мировоззрения и духовно-нравственного развития. В данном контексте учебные курсы «Обществознание» и «Основы психологии» объединяет предоставляемая школьникам возможность понять свои социальные роли, осознать ответственность каждого человека за развитие общества и государства.

Курс «Обществознание» включает такие темы, как «Человек как результат биологической и социокультурной эволюции. Философские и научные представления о социальных качествах человека», «Мышление и деятельность», «Мораль», «Познавательная деятельность человека», «Самооценка личности. Формирование образа «Я»», «Мировоззрение, его место в духовном мире

человека», «Свобода и необходимость в человеческой деятельности».

Обучение основам психологии в интеграции с обществознанием способствует формированию у молодого поколения мотивации целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в предпрофессиональной педагогической деятельности. Учебный курс «Основы психологии» направлен на формирование универсальных учебных действий, обеспечивающих развитие познавательных и коммуникативных способностей учащихся 10-11 классов общеобразовательных организаций. Процесс обучения, функции его участников и взаимодействие между ними в курсе «Основы психологии» предлагается построить в рамках системно-деятельностного подхода, стимулирующего познавательный интерес учащихся. Системно-деятельностный подход в учебном курсе отражается в организации исследовательской деятельности школьников, при которой анализируются ситуации, связанные с психологическими основами образованием, воспитанием и обучением, предлагаются и обсуждаются способы решения и варианты действий, проводятся опросы по актуальным темам о современном образовании в социуме, обсуждаются результаты психологических исследований, формулируются выводы.

Коммуникативная компетентность имеет многогранный характер. Она, прежде всего, выражается в умении представлять информацию в устной или письменной форме, использовать речевые средства для участия в дискуссии и аргументации своей точки зрения, в умении эффективно сотрудничать в совместной групповой деятельности. Развитие коммуникативных универсальных

учебных умений происходит в процессе использования интерактивных форм организации учебной деятельности. Например, использование разных видов дискуссий и групповых работ, в ходе которых обучающиеся структурируют информацию, высказывают и аргументируют собственную позицию по обсуждаемому вопросу о сущности психологических процессов и явлений, формулируют выводы о значении психологических знаний в жизни человека и его профессиональной деятельности, ответственно выполняют в групповой работе индивидуальное задание, от которого зависит результат общей работы, и т. д.

Структура курса включает в себя теоретические положения и практические задания, которые дают возможность обучающимся закрепить и самостоятельно проконтролировать знания, приобретенные при изучении учебной темы курса.

Таким образом, при системно-деятельностном и практико-ориентированном подходе в обучении основам психологии у обучающихся формируются умения в разнообразных видах предпрофессиональной деятельности (организационные, исследовательские, проектные).

Место учебного курса «Основы психологии. 10-11 классы» в учебном плане

Программа структурно относится к типу общеобразовательных программ и предназначена для работы по ней в среднем общем образовании. Реализация программы рассчитана на два года обучения (10-11 классы), содержит вариативную часть и может быть использована также во внеурочной деятельности. Модульный принцип построения учебного курса обеспечивает возможность формирования разных вариантов календарно-тематического планирования.

Учебный курс «Основы психологии» разработан на основе требований к предметным результатам освоения основной общеобразовательной программы среднего общего образования, представленной в федеральном государственном образовательном стандарте среднего общего образования и реализуется в течение 70 ч (из расчёта 1 ч в неделю в течение двух лет).

Предлагаемый курс «Основы психологии» может быть включён в учебный план образовательных организаций как самостоятельная учебная дисциплина, как курс внеурочной деятельности, курс дополнительного образования.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса «Основы психологии»

Ориентация на результаты образования — это важнейший компонент федеральных государственных образовательных стандартов. В концепции ФГОС указаны требования к результатам освоения основных общеобразовательных программ, которые структурируются по ключевым задачам общего образования и включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты. В связи с этим результаты изучения учебного предмета «Основы психологии» на уровне среднего общего образования должны быть ориентированы на применение знаний и умений в учебных ситуациях и реальных жизненных условиях и включать личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты обучения отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, способности ставить цели и строить жизненные планы, сформированности мотивации целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, готовности и способности к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности, навыках сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности; сознательном отношении к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности; ответственном отношении к созданию семьи на основе осознанного

принятия ценностей семейной жизни.

Метапредметные результаты включают освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные), способность их использования в познавательной и социальной практике, самостоятельность в планировании и осуществлении учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, способность к построению индивидуальной образовательной траектории, владение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности.

Познавательные:

- расширение представлений о мире людей и мире профессий; формирование позитивного и осмысленного имиджа педагогической профессии,
- способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания при решении педагогических задач;
- установление причинно-следственных связей и формулирование аргументов при выборе вариантов действий.

Регулятивные:

- постановка цели действий в процессе решения психолого-педагогических задач;
- умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения как субъекта образовательного процесса с учетом;
- навыки самоконтроля и рефлексии;

Коммуникативные:

- умение продуктивно общаться и взаимодействовать с группой и в группе в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности при поиске возможного решения смоделированных психолого-педагогических ситуаций;
- умение эффективно разрешать конфликты;
- умение использования стратегий и методов эффективного общения, эмпатии и социальной наблюдательности;
- навыки поддержки, убеждения и осуществления влияния;
- навыки самопрезентации и презентации собственного продукта, в том числе с использованием ИКТ;
- освоение опыта взаимодействия в цифровой среде.

Предметные результаты обучения — это освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению.

Предметные результаты обучения включают:

- основные вопросы общей психологии
- природу психики человека; соотношение природных и социальных факторов в становлении психики;
- роль сознания и самосознания в поведении, деятельности человека, формировании его личности
- способы самопознания личностных качеств
- индивидуально-психологические особенности личности
- значение эмоций, чувств, потребностей и мотивов людей
- роль способностей в становлении личности

В результате обучения учащиеся должны уметь:

- дать психологическую характеристику личности, её темперамента, способностей, характера
- интерпретировать собственные психические состояния
- владеть простейшими приемами саморегуляции
- осознавать закономерности восприятия человека человеком
- анализировать полученную информацию, делать выводы
- самостоятельно работать с психолого-педагогической литературой, выполнять и защищать реферативную работу.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА **«Основы психологии. 10—11 классы»**

Модуль 1. «Я – личность»

Знание и понимание

Психология как наука и практика. Психика, ее структура и механизмы функционирования и развития. Сознание и бессознательное. Закономерности влияния бессознательного на наше поведение и самочувствие. Понятие, структура, факторы развития и индивидуальные свойства личности. Развитие эмоционально – волевой сферы личности. Возрастные особенности развития психики.

Способы деятельности:

- понимать и объяснять содержание основных направлений деятельности психолога;
- понимать и объяснять психофизиологические основы функционирования психики;
- понимать и объяснять особенности влияния психических явлений, протекающих на бессознательном уровне, на самочувствие и поведение человека;
- определять индивидуальные различия темперамента и характера, проследить их влияние на личность, деятельность и общение;
- знать и применять способы регуляции психоэмоционального состояния;
- знать и понимать основные новообразования психики в младшем школьном, подростковом и юношеском возрастах;
- понимать и учитывать при организации деятельности возрастные особенности общения и мотивации.

Модуль 2. «Я - ученик»

Знание и понимание

Познавательные психические процессы. Индивидуальный стиль учебной деятельности. Типы восприятия. Психологические закономерности и техники эффективной работы с информацией. Целеполагание и мотивация в учебной деятельности. Психологические основы самоорганизации. Прокрастинация. Экзаменационный стресс и его профилактика.

Способы деятельности:

- понимание основных факторов, механизмов и закономерностей протекания психических процессов
- структурирование, анализ и проверка достоверности информации
- постановка и описание достижимых целей профессионально – личностного развития
- саморегуляция психоэмоционального состояния в стрессовой ситуации

Модуль 3. «Я и моя семья»

Знание и понимание

Социальные и психологические особенности современной семьи. Гражданский и фактический брак. Семейные кризисы, их симптомы и преодоление. Стили детско – родительских отношений. Конфликт поколений. «Цифровой разрыв» между родителями и детьми. Феномен любви в психологии. Половые и гендерные различия. Теории выбора брачного партнера и психологическая готовность к браку. Репродуктивное поведение.

Способы деятельности:

- анализ структуры семейной системы и условий ее функционирования
- понимание особенностей семейных взаимоотношений на разных этапах развития семьи
- бесконфликтное общение внутри семьи
- понимание сущности, факторов и последствий полового и гендерного диморфизма
- понимание видов, факторов и условий готовности к браку и осознанного выбора брачного партнера

Модуль 4. «Я – лидер»

Знание и понимание

Психологические закономерности процесса общения. Барьеры общения. Особенности общения с аудиторией. Ролевые позиции в общении. Психологический анализ конфликтной ситуации. Бесконфликтное взаимодействие. Лидерство и влияние. Особенности деловой коммуникации. Психологические основы уверенного поведения. Толерантность к неопределенности. Работа с возражениями. Навыки публичного выступления.

Способы деятельности:

- понимание психологических факторов и условий эффективного общения
- знание психологических закономерностей установления контакта с аудиторией
- понимание значимости ролевой позиции в процессе общения
- навыки анализа конфликтной ситуации и бесконфликтного взаимодействия
- психологические особенности деловой коммуникации
- навыки уверенного поведения

Модуль 5. «Я – профессионал»

Знание и понимание

Саморефлексия. Самодиагностика и анализ профессионально важных качеств личности. Личностный профиль. Социальный профиль. Профессиональные интересы и склонности. Профессиональное самоопределение и мотивация. Психogramмы. Карьерная перспектива и личный профессиональный план.

Способы деятельности:

- понимание собственных познавательных, личностных и коммуникативных особенностей
- навык построения собственной профессиональной перспективы и формулирование профессионального плана
- понимание закономерностей взаимосвязи задатков и способностей в профессиональной деятельности
- анализ соответствия собственных профессионально – важных качеств и требований выбранной профессии.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ И ОСНОВНЫЕ ВИДЫ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ курса «Основы психологии. 10-11 классы»

Тематическое планирование предполагает объем курса 70 ч (из расчёта 1ч в неделю в течение двух лет).

Тема	Виды учебной деятельности	Характеристика основных видов деятельности
Введение(1/1/1ч)		
Вводный урок	Интерактивная лекция Учебно-познавательная	Узнают особенности изучаемого предмета и содержание курса; обсуждают цели и задачи курса обучения
Модуль 1. «Я – личность» (13 ч)		
10 класс		
Тема 1. Что такое психология? (1ч.)	Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссия «Актуальные запросы к психологической службе») Учебно-познавательная	Изучают физиологические механизмы и закономерности работы психики; анализируют современные задачи психологии и направления деятельности психолога; формулируют и высказывают свою точку зрения, приводят аргументы; анализируют мнения других учащихся, рефлексиируют
Тема 2. Человек и личность (2 ч.)	Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссия «Что определяет нас: наследственность или среда?») Практическая работа синтернет-ресурсом «Типологии личности» Учебно-познавательная, учебно-практическая	Знакомятся с понятием личность и ее структурой; анализируют схожесть и различия понятий «человек», «индивид», «личность» и «индивидуальность»; обсуждают значение биологических и социальных факторов в формировании личности человека; аргументируют свою точку зрения; анализируют ответы других учеников; рефлексиируют.
	Семинар (выступления учащихся с докладами и презентациями по малым проектам с последующим обсуждением) Учебно-познавательная, учебно-проектная	Проводят самостоятельное исследования жизненного пути выдающегося деятеля выбранной в выбранной ими области; определяют биологические, социальные и связанные с собственной активностью факторы, повлиявшие на становление его личности; представляют работу; анализируют доклады других учеников, задают вопросы; рефлексиируют.

<p>Тема 3. Сознательное и бессознательное. (1 ч.)</p>	<p>Лекция Практическая работа (совместное заполнение таблицы «сознательное/бессознательное») Учебно-познавательная, учебно-практическая</p>	<p>Знакомятся с теорией об уровнях сознания; анализируют схожесть и различия понятий «сознательное», «бессознательное» и «автоматизм»; учатся понимать возможности влияния бессознательных стремлений на поведение человека; рефлексиируют</p>
<p>Тема 4. Индивидуальные свойства личности.(2 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссии по заданным темам в группах) Учебно-познавательная, учебно-практическая</p>	<p>Изучают связь темперамента и врожденных особенностей нервной системы; знакомятся с психологическими и поведенческими отличиями четырех видов темперамента; анализируют факторы, влияющие на формирование характера; задают вопросы; рефлексиируют.</p>
	<p>Практическая работа (работа с карточками «Темперамент/Характер» Самодиагностика по методике «Акцентуации характера А. Е. Личко»</p>	<p>Совместно анализируют возможности влияния темпераментных и характерологических характеристик личности на поведение, учебную и профессиональную деятельность, эмоционально – волевую сферу и пр.; задают вопросы и анализируют ответы других; осуществляют самодиагностику акцентуаций характера; рефлексиируют.</p>
<p>Тема 5. Психология младшего школьного возраста.(1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссии по заданным темам в группах) Учебно-познавательная, учебно-практическая.</p>	<p>Знакомятся с психологическими закономерностями развития психики в младшем школьном возрасте; анализируют роль учителя в развитии личности младшего школьника; аргументируют свое мнение; в микрогруппах осуществляют поиск информации в интернет – источниках и заполняют информационные буклеты по проблемам «Адаптация к школе», «Профилактика конфликтов в начальной школе», «Возрастной кризис в младшем школьном возрасте»; представляют буклеты; анализируют ответы других учеников; рефлексиируют.</p>
<p>Тема 6. Психология подросткового возраста(1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссия «Подросток – ребенок или взрослый?») Совместный разбор кейса по психологии подростка Учебно-познавательная, учебно-практическая</p>	<p>Знакомятся с психологическими закономерностями развития психики в подростковом возрасте; анализируют двойственную позицию подростка в социуме; аргументируют свою точку зрения; узнают психологические факторы переживания кризиса подросткового возраста; участвуют в разборе кейса, выдвигают и аргументируют гипотезы, анализируют</p>

		гипотезы других учеников; рефлексируют.
Тема 7. Психология юношеского возраста(1 ч.)	Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссии по заданным темам в группах) Совместное создание интеллект-карты. Совместное заполнение памятки «Рекомендации по преодолению кризиса юношеского возраста» Учебно-познавательная	Знакомятся с психологическими закономерностями развития психики в юношеском возрасте; обобщают информацию об основных новообразованиях, личностных и социальных задачах развития и создают интеллект-карту; знакомятся с предпосылками и содержанием возрастного кризиса юношеского возраста; формулируют рекомендации по его преодолению; аргументируют свою точку зрения; рефлексируют.
11 класс		
Тема 8. Эмоции и чувства(2 ч.)	Лекция Работа с интернет-источником «Физиологические основы эмоций и чувств» Учебно-познавательная, учебно-практическая.	Узнают о филогенезе и функциях эмоций у животных и людей; анализируют сходство и различия понятий «эмоции и чувства»; собирают информацию в интернет – источниках и представляют результаты научного поиска; задают вопросы и рефлексируют; овладевают базовыми приемами дыхательной гимнастики и релаксации для эмоциональной саморегуляции.
	Семинар с элементами деловой игры (Научная конференция «Устойчивые эмоциональные состояния») Учебно-познавательная, учебно-практическая.	Готовят и представляют сообщения по заявленным темам; отвечают на вопросы и задают вопросы другим докладчикам; рефлексируют.
Тема 9. Эмоциональный интеллект(2 ч.)	Интерактивная лекция с элементами кейс - стади Практикум «Определение эмоций по внешним признакам» Учебно-познавательная, учебно-практическая.	Анализируют изображения людей и тренируются определять их эмоциональное состояние по невербальным признакам; знакомятся с научными подходами к анализу признаков эмоций и чувств; тренируются определять базовые эмоции по лицевым микровыражениям.
	Интерактивная лекция с элементами дискуссии (Можем ли мы понять чувства другого человека) Практикум Применение техник активного слушания, развития эмоционального интеллекта	Знакомятся с теорией эмоционального интеллекта, понятием «эмпатии» его структурой и функциями; участвуют в дискуссии, аргументируют свою точку зрения; задают вопросы; обсуждают важность умения слушать для понимания чувств других людей; работают в парах для тренировки применения техник активного

	Учебно-познавательная, учебно-практическая.	слушания в разговоре; рефлексируют.
Модуль 2. «Я – ученик» (15 ч)		
10 класс.		
Тема 1. Ощущение и восприятие.(1 ч.)	Интерактивная лекция с элементами проблемного изложения Учебно-познавательная, учебно-исследовательская.	Знакомятся с основными закономерностями ощущений и восприятия; анализируют как индивидуальные особенности ощущений и прошлого опыта влияют на восприятие реальности; проводят исследование интернет – источников для объяснения иллюзий и ошибок восприятия.
Тема 2. Внимание (1 ч.)	Интерактивная лекция с элементами проблемного изложения Практикум. Техники развития внимательности. Учебно- познавательная; учебно – практическая.	Знакомятся с функциями и свойствами внимания, анализируют влияние индивидуально – типологических особенностей человека на его внимательность. обсуждают в микрогруппах и создают интеллект – карту «Условия и угрозы внимательности»; тренируются применять техники развития внимательности.
Тема 3. Память (2 ч.)	Интерактивная лекция с элементами проблемного изложения. Практикум воспроизведение эксперимента Ф. Ч. Бартлета по исследованию закономерностей запоминания информации. Учебно- познавательная; учебно – практическая.	Знакомятся с функциями, видами и основными процессами памяти; обсуждают в микрогруппах и презентуют основные факторы влияющие на запоминание и сохранение информации; проводят в классе эксперимент Ф.Ч. Бартлета и по его результатам анализируют закономерности передачи и сохранения в памяти логически структурированной информации; рефлексируют. Готовят и презентуют мини – доклады по техникам запоминания информации; организуют тренировку применения выбранных ими техник; обсуждают преимущества и недостатки разных техник; задают вопросы, анализируют выступления одноклассников; рефлексируют.
	Семинар – дискуссия (семинар «Лучшие приемы запоминания») Практикум по применению мнемотехнических приемов. Учебно- познавательная; учебно – практическая.	
Тема 4. Мышление(2 ч.)	Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссия «влияние индивидуальных особенностей мышления на учебную деятельность)	Узнают о функциях, видах и процессах мышления; используя информацию из интернет – источников анализируют отличие мышления детей и взрослых и заполняют таблицу; анализируют сходства и различия понятий

	<p>Работа с интернет - источникам и заполнение таблицы «Развитие мышление на разных этапах онтогенеза»</p> <p>Создают интеллект – карту «структура и виды интеллекта»</p> <p>Учебно- познавательная; учебно – практическая.</p>	<p>«мышление» и «интеллект»; знакомятся с теориями интеллекта и создают интеллект- карту.</p>
	<p>Семинар – дискуссия (Качества мышления как soft-skills современного специалиста)</p> <p>Практикум. Упражнения по развитию мышления. Учебно- исследовательская; учебно – практическая.</p>	<p>Анализируют вакансии на рынке труда по выбранным им специальностям и делают вывод о востребованных работодателем качествах мышления; готовят мини- сообщения; анализируют выступления других участников семинара; рефлексиируют; по итогам семинара вместе с классом выбирают наиболее востребованные качества мышления из представленных (креативность, аналитичность, гибкость) и тренируют техники их развития.</p>
<p>Тема 5. Воображение и представление. (1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссия «Роль воображения в повседневной жизни»)</p> <p>Семинар – практикум «Применение техник создания новых образов в современном искусстве»</p> <p>Учебно- исследовательская; учебно – познавательная.</p>	<p>Узнают о функциях, видах и индивидуальных свойствах воображения; анализируют схожесть и отличия процессов воображения и представления; узнают о закономерностях формирования представлений о мире; аргументируют свою точку зрения; рефлексиируют; в микрогруппах готовят и представляют сообщения о примерах применения техник создания новых образов в современном искусстве.</p>
11 класс		
<p>Тема 6. Индивидуально-психологические особенности учебной деятельности (1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссии по заданной теме в микрогруппах)</p> <p>Работа с интернет – источником «Типы восприятия информации»</p> <p>Учебно- познавательная; учебно – практическая.</p>	<p>Знакомятся с понятием «индивидуальный стиль деятельности», факторами его формирования и способами самокоррекции; обсуждают теорию типов восприятия информации; анализируют влияние когнитивных стилей на учебную деятельность и возможность его учета при подготовке к занятиям; аргументируют свою точку зрения; рефлексиируют.</p>

<p>Тема 7. Работа с информацией (3 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами проблемного изложения (решение проблемной задачи «Как эффективно организовать работу с текстовой информацией при подготовке к экзаменам») Практикум. Учет психологических закономерностей восприятия при создании презентации.</p> <p>Учебно- познавательная; учебно – практическая.</p>	<p>Узнают о закономерностях восприятия текстовой и образной информации; анализируют свой опыт и обсуждают возможные приемы повышения эффективности работы с учебной информацией; аргументируют свою точку зрения; рефлексиируют; анализируют два примера презентаций (удачный и не удачный), формулируют замечания и рекомендации.</p>
	<p>Практикум. Кейс. Работа с интернет-источником «Определение достоверности информации»</p> <p>Учебно- познавательная; учебно – практическая.</p>	<p>Анализируют указанную статью на интернет – портале с целью определения ее достоверности; самостоятельно осуществляют поиск возможных путей оценки достоверности источника, обсуждают их с классом; аргументируют свой подход; анализируют подходы других; рефлексиируют; обобщают опыт класса и фиксируют наиболее эффективные способы проверки необходимой информации;</p>
	<p>Семинар – дискуссия «Ошибки мышления и как их избежать»</p> <p>Учебно- познавательная; учебно- исследовательская</p>	<p>готовят мини- сообщение о различных ошибках мышления, представляют их группе; обсуждают опыт столкновения с ошибками мышления; рефлексиируют; предлагают способы борьбы с когнитивными искажениями; аргументируют свою точку зрения</p>
<p>Тема 8. Целеполагание в учебной деятельности (1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами проблемного изложения (проблемный вопрос «Как сформулировать достижимую цель?»)</p> <p>Практикум по постановке целей учебно – профессионального развития.</p> <p>Учебно- познавательная; учебно – практическая.</p>	<p>Анализируют схожесть и различия понятий «цель» и «задачи»; анализируют свой опыт и формулируют факторы, влияющие на достижение цели; знакомятся с техниками постановки достижимых целей в учебно – профессиональном развитии.</p>
<p>Тема 9. Самоорганизация в учебной деятельности (1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссия на тему «Мотивы выбора профессии»)</p> <p>Практикум по борьбе с</p>	<p>Изучают феномен мотивации, виды и уровни мотивов; обсуждают возможные способы самомотивации и анализа мотивов в учебно- профессиональной деятельности; анализируют современные подходы к</p>

	<p>прокрастинацией</p> <p>Учебно- познавательная; учебно – практическая.</p>	<p>пониманию причин прокрастинации; знакомятся и пробуют применять психологические техники преодоления прокрастинации.</p>
<p>Тема 10. Психологическая профилактика экзаменационного стресса. (2 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссия на тему «Стрессовые факторы в жизни современного человека»)</p> <p>Создание интеллект – карты «Виды стрессов»</p> <p>Учебно- познавательная;</p>	<p>Изучают современные теории стресса; узнают о видах, симптомах стрессов и их основных стрессорах; анализируют источники и свой жизненный опыт для определения факторов стресса в жизнедеятельности современного человека; аргументируют свою точку зрения; анализируют мнения других учеников; рефлексиируют; оформляют результаты в виде интеллект – карты.</p>
	<p>Практикум по профилактике информационного стресса Заполнение информационного буклета.</p> <p>Учебно- познавательная; учебно – практическая.</p>	<p>Узнают об основных объективных и субъективных факторов усиления риска экзаменационного стресса; знакомятся с симптомами экзаменационного стресса; узнают и пробуют применить техники борьбы с экзаменационным стрессом; обобщают полученные знания и опыт в виде информационного буклета по профилактике экзаменационного стресса.</p>
<p>Модуль 3. «Я и моя семья»(11 ч.) 10 кл.</p>		
<p>Тема 1. Семья и брак. (1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссия «Особенности современной семьи» Эссе на тему «Стоит ли официально заключать брак в современном мире?»)</p> <p>Учебно- познавательная;</p>	<p>Анализируют сходство и различия понятий «семья и брак»; изучают функции и структуру семейной системы; изучают и анализируют современную классификацию видов семей; обсуждают особенности современных семей; обсуждают значение официальной регистрации брака; аргументируют свою точку зрения, обобщают ее в виде эссе.</p>
<p>Тема 2. Жизненный цикл семьи. (1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами беседы</p> <p>Учебно- познавательная;</p>	<p>Изучают основные периодизации жизненного цикла семьи; изучают задачи и трудности семейной системы на разных этапах жизненного цикла; обсуждают причины и симптомы семейных кризисов и рекомендации по их преодолению.</p>
<p>Тема 3. Детско – родительские взаимоотношения. (3 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами проблемного изложения (проблемный вопрос: психологические причины проблем в детско – родительских отношениях)</p>	<p>Изучают различные типологии стилей детско – родительских отношений, анализируют и выявляют конструктивные и деструктивные; изучают влияние возрастные особенности психики в зрелом и</p>

	<p>Практикум по эффективному общению с родителями</p> <p>Учебно- познавательная;</p>	<p>пожилом возрастах и анализируют их влияние на особенности взаимодействия внутри семьи; рефлексиируют о роли прародителей в процессе социализации ребенка.</p>
	<p>Практикум по применению техник эффективного общения</p> <p>учебно – практическая.</p>	<p>Знакомятся с техникой «Я – сообщений», анализируют преимущества «Я – сообщений» перед «ты – сообщениями», учатся использовать ее на практике для оптимизации общения с родителями и прародителями</p>
<p>Тема 4. Влияние цифровизации на внутрисемейные отношения.(1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (влияние цифровизации на отношения родителей и детей)</p> <p>Самостоятельная работа. Написание эссе на тему «трансформация жизненных ценностей в цифровую эпоху»</p> <p>Учебно- познавательная;</p>	<p>Изучают современные подходы к объяснению «цифрового разрыва» между родителями и детьми; анализируют факторы влияния цифровизации на личностные особенности и образ жизни современной молодежи; изучают теорию разделения поколений на «цифровых аборигенов» и «цифровых иммигрантов»; обсуждают как принадлежность к этим группам может становиться источником противоречий между поколениями внутри семьи.</p>
11 класс		
<p>Тема 5. Феномен любви в психологии(1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссия на тему «признаки и сущность любви»)</p> <p>Работа с интернет источником «Здоровые и не здоровые типы привязанностей»</p> <p>Учебно- познавательная;</p>	<p>Изучают психологические подходы к содержанию понятия «любовь»; анализируют различия феноменов «любовь». «влюбленность» и «привязанность»; изучают виды и уровни любви; обсуждают роль любви и привязанности в развитии и самоактуализации личности; аргументируют свою точку зрения; анализируют мнения других учеников; узнают о разных типах привязанностей; выясняют факторы формирования и признаки определения нездоровых привязанности.</p>
<p>Тема 6. Половые и гендерные различия(1 ч.)</p>	<p>Исследовательский практикум (мини – исследование в микрогруппах классических и современных научных подходов к объяснению психологических различий между мужчинами и женщинами»)</p>	<p>Ставят исследовательскую задачу, находят ресурсы, планируют и осуществляют поисковую деятельность, презентуют результаты; анализируют ответы других учеников; задают вопросы; обобщают найденную информацию и делают выводы об основных видах и закономерностях психологических отличий между</p>

	Учебно- практическая; учебно - исследовательская	мужчинами и женщинами.
Тема 7. Репродуктивное поведение(1 ч.)	Интерактивная лекция с элементами беседы Обсуждение в микрогруппах «Репродуктивные установки современной молодежи» Учебно- познавательная; Учебно- практическая;	Изучают основные виды, факторы и условия репродуктивного поведения; анализируют конструктивные и деструктивные репродуктивные установки; осуществляют поисковую деятельность; обсуждают в микрогруппах репродуктивные установки современной молодежи, выделяют закономерности и представляют результаты; аргументируют свою позицию, анализируют ответы других групп.
Тема 8. Готовность к браку. (1 ч.)	Интерактивная лекция с элементами беседы Учебно- познавательная;	Изучают содержание, виды и факторы готовности к браку; заполняют глоссарий по теме; знакомятся с феноменом психологической готовности к браку; обобщают изученный материал, описывают портрет готового к браку человека.
Тема 9. Выбор брачного партнера.(1 ч.)	Творческий практикум (мини – исследование в микрогруппах «современные теории выбора брачного партнера») Учебно- практическая;	Ставят исследовательскую задачу, находят ресурсы, планируют и осуществляют поисковую деятельность, презентуют результаты; анализируют ответы других учеников; задают вопросы; обобщают найденную информацию и делают выводы об основных психологических факторах выбора брачного партнера.
Модуль 4. Я лидер (16 ч.)		
10 класс.		
Тема 1. Психология общения(2 ч.)	Интерактивная лекция с элементами беседы Учебно- познавательная;	Знакомятся с функциями и психологической структурой процесса общения; составляет глоссарий по теме; анализирует цели участников общения; изучает психологические закономерности и отличия индивидуального и группового, прямого и опосредованного общения.
	Практикум по установлению психологического контакта Учебно- практическая;	Узнает о содержании феномена психологического контакта и о его значимости в достижении целей общения; знакомится с психологическими рекомендациями и техниками установления психологического контакта и учится применять их, работая в парах.

Тема 2. Психология конфликта.(2 ч.)	Интерактивная лекция с элементами беседы Учебно- познавательная;	Изучают психологическую структуру и динамику конфликта; знакомятся с основными стратегиями поведения участников конфликтной ситуации; анализируют психологические рекомендации по профилактике и предотвращению эскалации конфликтов; заполняют глоссарий по теме.
	Творческий практикум с элементами «кейс – стади». Учебно- практическая;	Анализирует конфликтную ситуацию; выделяет конфликтную ситуацию, конфликтогены определяет цели участников конфликта; формулирует аналитическую гипотезу о причинах и возможных результатах конфликта; аргументирует свою гипотезу; анализирует гипотезы других учеников.
Тема 3. Ролевые позиции в общении.(2 ч.)	Интерактивная лекция с элементами беседы Практикум по определению позиций в общении Учебно- познавательная; Учебно- практическая;	Изучают типы ролевых позиций в общении; анализируют психологические особенности влияния ролевых позиций и ожиданий на протекание процесса общения; учатся анализировать ситуацию общения с точки зрения теории С. Карпмана: позиции Жертвы, Агрессора и Спасателя.
Тема 4. Лидерство и влияние. (1 ч.)	Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссия «Формальный и неформальный лидер») Учебно- познавательная;	Изучают современные психологические теории лидерства, виды лидеров и факторы их влияния на коллектив; знакомятся с феноменом «групповые нормы» и обсуждают их значение в формировании коллектива; анализируют взаимосвязь и противоречия между групповыми и индивидуальными нормами; рефлексиируют; заполняют глоссарий по теме.
	Творческий практикум (мини – исследование в микрогруппах «Способы психологических манипуляций в общении и защита от них» Учебно- практическая;	Ставят исследовательскую задачу, находят ресурсы, планируют и осуществляют поисковую деятельность, презентуют результаты; анализируют ответы других учеников; задают вопросы; обобщают найденную информацию и делают выводы о самых эффективных способах защит от манипуляций в общении.
Тема 5. Психология делового общения(2 ч.)	Интерактивная лекция с элементами беседы; Учебно- познавательная	Изучают психологические закономерности ведения эффективной деловой беседы; анализируют особенности установления контакта,

		восприятия и передачи информации при опосредованном (сотовая связь или интернет) общении; заполняют глоссарий по теме; обсуждают в группах психологическое значение делового этикета; заполняют памятку «рекомендации по повышению эффективности делового общения».
	Практикум в форме деловой игры (деловая игра «Рабочее совещание») Учебно- практическая;	Организуют работу в группе в соответствии с поставленной задачей; анализируют цели общения всех участников деловой коммуникации; применяют знания о приемах эффективного делового общения; работают в команде; оценивают действия других участников игры; рефлексировать.
Тема 6. Деловая культура и деловой этикет (2 ч.)	Творческий практикум (мини – семинар на тему «Особенности современной корпоративной культуры» Учебно- практическая; учебно – исследовательская.	Ставят исследовательскую задачу, находят ресурсы, планируют и осуществляют поисковую деятельность, готовят доклады о корпоративной культуре компаний – «работодателей мечты»; презентуют результаты; анализируют ответы других учеников; задают вопросы; обобщают найденную информацию и делают выводы об особенностях современной корпоративной культуры.
	Практикум (работа с кейсами по проблеме «деловой этикет») Учебно- практическая;	Определяют проблему; анализируют примеры деловой беседы и переписки; определяют нарушения делового этикета; аргументируют свои выводы; предлагают варианты исправления ошибок нарушения делового этикета.
Тема 7. Тренинг уверенного поведения(3 ч.)	Практикум (тренинг уверенного поведения) Учебно- практическая;	Учатся техникам психической саморегуляции в напряженных и стрессовых ситуациях; узнают о возможностях использования характеристик речи и невербальных сигналов для демонстрации уверенности в себе; учатся составлять план и организовывать деятельность в условиях неопределенности; ведут дневник самоанализа; рефлексировать.
	Практикум (практикум с элементами тренинга по проблеме «уверенность в общении») Учебно- практическая;	Учатся использовать качественные и количественные характеристики речи для достижения собственных целей общения; идентифицируют и пробуют преодолевать барьеры в общении; узнают о принципах психологического

		айкидо и пробуют применять их на практике; овладевают техниками работы с возражениями.
Тема 8. Психология успешного публичного выступления (2 ч.)	Интерактивная лекция с элементами проблемного изложения (проблема «факторы успешного публичного выступления») Учебно- познавательная	Изучают структуру публичного выступления; анализируют возможности применения полученных навыков уверенного поведения при проведении презентации; анализируют особенности удержания группового внимания.
	Творческий практикум с элементами деловой игры «Презентация продукта» Учебно- практическая;	Анализируют запрос аудитории; работают в микрогруппах; планируют и проводят презентацию заданного продукта; используют навыки уверенного поведения, знание особенностей восприятия и удержания группового внимания; проводят самооценку; анализируют выступления других групп; рефлексируют.
Модуль 5. Я – профессионал (14 ч.)		
10 класс		
Тема 1. Я познающее. Как я ощущаю и воспринимаю мир.(3 ч.)	Интерактивная лекция с элементами беседы Диагностический практикум Учебно- познавательная; Учебно- практическая;	Осуществляют самодиагностику наблюдательности, концентрации и переключения внимания при помощи методик «Таблицы Шульте» и «Корректирующая проба Бурдона»; готовят заключение по результатам диагностики: описывают сильные и слабые стороны своих индивидуальных особенностей внимания; обсуждают возможные пути компенсации недостатков внимания; рефлексируют.
	Интерактивная лекция с элементами беседы Диагностический практикум Учебно- познавательная; Учебно- практическая;	Осуществляет самодиагностику общей способности к запоминанию информации; диагностику различных видов памяти; изучают различные техники запоминания и анализируют какие техники запоминания будут наиболее эффективны с учетом выявленных особенностей памяти.
	Диагностический практикум Учебно- познавательная; Учебно- практическая;	Осуществляют самодиагностику общего уровня мышления, диагностику вербального, пространственного, математического мышления при помощи методик «Краткий ориентировочный тест» и «Прогрессивные матрицы Равена»,

		готовят заключение по результатам диагностики: описывают сильные и слабые стороны своих индивидуальных особенностей мышления; обсуждают возможные пути компенсации недостатков мышления; рефлексировать.
Тема 2. Я индивидуальное. Какой я?(2 ч.)	<p>Диагностический практикум Эссе «Мой личный портрет»</p> <p>Учебно- практическая;</p>	Осуществляют самодиагностику личности при помощи проективной методики «Дом, дерево, человек»; анализируют результаты, выделяют проблемные области и ресурсы профессионально – личностного развития.
	<p>Диагностический практикум.</p> <p>Учебно- практическая;</p>	Осуществляют самодиагностику эмоционально – чувственной сферы при помощи методик Люсина, опросник Басса – Дарки и тест тревожности Филлипса; ведут дневник настроения; анализируют результаты, выделяют проблемные области и ресурсы профессионально – личностного развития.
Тема 3. Я социальное. Каким меня видят другие люди?(2 ч.)	<p>Диагностический практикум</p> <p>Учебно- практическая;</p>	Осуществляют самодиагностику коммуникативных способностей, стратегий поведения в конфликте и социально фрустрации; анализируют результаты, выделяют проблемные области и ресурсы профессионально – личностного развития.
	<p>Интерактивная лекция с элементами беседы Диагностический практикум</p> <p>Учебно- практическая;</p>	Изучают теорию социометрии ж. Морено; анализируют различия и характеристики разных социометрических статусов; участвуют в проведении социометрического исследования в классе; анализируют результаты; обсуждают факторы, влияющие на социометрический статус.
11 класс		
Тема 4. Профессиональные интересы и склонности(2 ч.)	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (успех в профессии: врожденный талант или приобретенные умения)</p> <p>Учебно- познавательная;</p>	Знакомятся с видами и типами способностей, анализируют сходства и различия понятий задатки, способности, одаренность, талант; обсуждают факторы развития способностей и роль врожденных задатков в профессиональном развитии; аргументируют свою точку зрения; рефлексировать
	<p>Диагностический практикум Практикум по созданию</p>	Осуществляют самодиагностику интересов и склонностей при помощи

	<p>карты интересов и способностей</p> <p>Учебно- практическая;</p>	<p>методики «Карта интересов Голомштока»; заполняют личную карту интересов; анализируют результаты, выделяют проблемные области и ресурсы профессионально – личностного развития.</p>
<p>Тема 5. Мое место в мире профессий(2 ч.)</p>	<p>Творческий практикум (семинар – конференция «Самые востребованные профессии»)</p> <p>Учебно- познавательная; Учебно- практическая;</p>	<p>Ставят исследовательскую задачу, находят ресурсы, планируют и осуществляют поисковую деятельность, выбирают одну из востребованных на рынке труда профессий и изучают ее профессиограмму и психограмму; презентуют результаты; анализируют ответы других учеников; задают вопросы; соотносят выводы по результатам самодиагностики о соответствии профессионально – важных качеств личности требованиям выбранной профессии.</p>
<p>Тема 6. Проектирование траектории профессионального развития(1 ч.)</p>	<p>Практическое занятие (Создание и оформление личного профессионального плана)</p> <p>Учебно- практическая;</p>	<p>Анализируют содержание понятий «личная профессиональная перспектива» и «личный профессиональный план»; знакомятся со структурой профессионального плана, этапами его создания; социальными и личностными факторами, которые необходимо учитывать при планировании; создают профессиональный план; презентуют его классу; анализируют профессиональные планы других учеников; рефлексиируют.</p>
<p>Тема 7. Психология профессиональной самопрезентации(2 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссии на заданные темы в микрогруппах) Ролевая игра «Собеседование»</p> <p>Учебно- познавательная; Учебно- практическая;</p>	<p>Обсуждают в группах наиболее эффективные стратегии самопрезентации в резюме; презентуют результаты; аргументируют свою точку зрения; анализируют выступления других учеников; узнают о психологических закономерностях общения в процессе собеседования; участвуют в ролевой игре; применяют полученные знания и навыки в области установления контакта, делового общения и уверенного поведения; осуществляют оценку и самооценку результатов игры.</p>

	<p>Интерактивная лекция с элементами беседы Творческий практикум «Компоненты личного бренда»</p>	<p>Изучают современные психологические условия, закономерности и техники создания личного бренда; проводят исследования особенностей личного бренда выбранных ими успешных специалистов в различных областях; презентуют результаты исследования; проводят самооценку и оценку выступлений других учеников; задают вопросы; рефлексиируют; делают выводы о важнейших составляющих личного бренда.</p>
--	--	---

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение учебного процесса

Для организации занятий предполагается использование стандартного оборудования кабинетов общеобразовательных организаций. Вместе с тем для проведения большого количества занятий необходимо наличие у обучающихся персональных компьютеров с выходом в Интернет и мультимедийный проектор с экраном и выходом в Интернет.

Цифровые ресурсы курса

1. Психология — <http://www.psychologies.ru/>
2. Psychojournal — <http://psychojournal.ru/>
3. Psy-practice — <https://psy-practice.com/>
4. Моноклер — <https://monocler.ru/category/psychology/>

Дополнительная литература

1. Абраменкова, В.В. Социальная психология детства: Уч. / В.В. Абраменкова. - М.: Инфра-М, 2018. - 160 с.
2. Барсукова, О.В. Психология личности: определения, схемы, таблицы / О.В. Барсукова, Т.В. Павлова, Ю.А. Тушнова. - Рн/Д: Феникс, 2019. - 240 с.
3. Макеев, В.А. Психология делового общения. Имидж и нормы этикета / В.А. Макеев. - М.: КД Либроком, 2015. - 272 с.
4. Столяренко, Л.Д. Психология общения: учебник для колледжей / Л.Д. Столяренко. - Рн/Д: Феникс, 2019. - 317 с
5. Столяренко, Л.Д. Психология личности: учебное пособие / Л.Д. Столяренко. - Рн/Д: Феникс, 2017. - 396 с.
Шарухин, А.П. Психология делового общения / А.П. Шарухин. - М.: Academia, 2017. – 336 с.

Вход на образовательную платформу дистанционного обучения осуществляется по ссылке <https://school.marsu.ru/login/index.php> .

Всего проинт., пронумеровано
и скреплено печатью

№ 16 стажерам-лицам) лиц/ов
документ фамилия

Должность и.с. гитарамена

Имя С.П.С. А.И.Иванов

№ 18 в актуме 20 24 г.

М.П.

