

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Республики Коми**

**Управление образования МО МР "Усть-Вымский"**

**МБОУ "СОШ" с.Айкино**

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по НМР

\_\_\_\_\_ М.П. Горчакова

«30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

и.о. директора

\_\_\_\_\_ Н.В. Матвеева

Приказ №121

от «31» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**элективного курса «Основы психологии»**

для обучающихся 10 – 11 классов

**с. Айкино 2023**

## Пояснительная записка

Обеспечение потребности в профессиональных педагогических кадрах, соответствующих вызовам времени, предполагает непрерывное педагогическое образование. На этапе допрофессиональной подготовки это профориентация, подготовка к дальнейшему профессиональному обучению обучающихся школ с учетом потребностей и ресурсов всех субъектов образовательной деятельности.

Обучение в психолого-педагогических классах предполагает прежде всего формирование внутренней мотивации для дальнейшего обучения в психологических и педагогических вузах и колледжах, надпрофессиональных навыков, которые необходимы «учителю будущего», и предоставление обучающимся разных вариантов и форм вхождения в социокультурное пространство в соответствии с принципом педагогизации образовательного процесса.

Элективный курс «Основы психологии» предназначен для реализации общеобразовательной школе для расширения теоретических и практических знаний учащихся. Данный элективный курс способствует повышению качества образования выпускников, способных сделать осознанный выбор сферы будущей профессиональной педагогической деятельности и подготовленных к деятельности в цифровом мире; повышению качества профессиональной подготовки специалистов, выбравших педагогическую профессию по призванию.

### Цели курса:

- выявление педагогически одаренных школьников и формирование у них готовности к профессионально-личностному самоопределению;
- интеграция педагогически одаренных школьников в профессиональное сообщество на этапе обучения в школе.

### Задачи курса:

- 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).
- разработка системы выявления и сопровождения педагогически одаренных школьников, в том числе мониторинга результатов профильного обучения и профессионального самоопределения школьников;
- создание условий для развития субъектности обучающихся через персонализацию профессиональных проб и создание индивидуальных учебных проектов;
- разработка и реализация механизмов целевого обучения по педагогическим направлениям подготовки с установлением предпочтений для наиболее отличившихся обучающихся и выпускников психолого-педагогических классов.

**Формы и методы обучения:** индивидуальная и коллективная; лекции и практические занятия.

В процессе занятий учащимся систематически предлагаются короткие (15-20 мин) задания на проверку освоения изученных тем, контрольные тематические тренажеры. При этом ученики выступают полноправными субъектами оценивания – проводится самоанализ, контроль, самооценка и взаимооценка выполняемых заданий. Такая деятельность ведет к закреплению знаний, служит регулярным индикатором успешности образовательного процесса, а также гарантирует повышенную мотивацию обучения. По окончании курса учащиеся оцениваются форме: «зачет, незачет».

## Содержание учебного материала

### Модуль I

#### Для 10 класса

##### **Тема 1. Первое знакомство с психологией**

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

##### **Тема 2. Как устроена нервная система человека**

Нейропсихологические особенности человека. Строение нервной системы. Основные подразделения нервной системы. Центральная нервная система. Изучение эффектов симпатической и парасимпатической системы.

##### **Тема 3. Строение и функции нейрона**

Строение и функции нейрона. Синапс. Образование нервного импульса. Медиаторы. Коллективные объединения нейронов – нервные сети, законы их существования. Как осуществляются многочисленные взаимодействия нейронов в центральной нервной системе. Какие особенности нервных сетей необходимы для обучения. Рефлекс. Рефлекторная дуга. Свойства нервных сетей. Определение свойств нервной системы.

##### **Тема 4. Как устроен головной мозг и как он работает**

Как устроен головной мозг и как он работает. Задний мозг. Средний мозг. Передний мозг. Межполушарная асимметрия мозга. Функции правого и левого полушарий. Доминирование полушарий. Функциональная асимметрия головного мозга.

#### Для 11 класса

##### **Тема 5. Темперамент как характеристика индивидуальных свойств человека**

Индивидуально-типологические особенности высшей нервной деятельности. Типы высшей нервной деятельности и темпераменты. Типы высшей нервной деятельности у детей. Обучение и индивидуальные особенности.

##### **Тема 6. Способности человека, одаренность и талант**

Понятие способностей. Задатки. Виды способностей.

##### **Тема 7. Познавательные процессы: как мы понимаем, думаем и запоминаем**

Понятие внимания. Виды внимания. Свойства внимания. Развитие внимания. Как происходит анализ информации, поступающей в наш мозг. Какую роль в обучении играют зрение и слух. Понятие об анализаторах или сенсорных системах. Зрительная сенсорная система. Слуховая сенсорная система. Происходит ли полное забывание информации. Виды памяти. Временная организация памяти. Мозговые структуры, отвечающие за память. Что такое язык. Есть ли язык у животных. Функции речи. Механизмы речи. Понятие мышления. Мыслительные операции. Связь мышления и речи.

### Модуль II

#### Для 10 класса

##### **Тема 1. Индивид, индивидуальность, личность. Личность и характер**

Человек как индивид и как личность. Индивидуальные свойства личности. Характер. Типология характера. Черты личности. Воспитание характера.

##### **Тема 2. Личность в современном мире. Движущие силы развития личности: понятие личностного потенциала и ресурсов личности**

Развитие личности: факторы, механизмы и условия. Предпосылки развития личности. Потенциал и ресурсы личности.

##### **Тема 3. Самопознание личности: пути и способы**

Самопознание личности. Уровни самопознания. Пути самопознания. Рефлексия как способ самопознания.

#### **Тема 4. Потребности и мотивы**

Потребности, общая характеристика. Виды потребностей. Иерархия потребностей по А. Маслоу. Мотив и мотивация. Виды мотивов. Мотивы достижения успеха и избегания неудач.

### Для 11 класса

#### **Тема 5. Самосознание. Внутренняя позиция личности**

Самосознание личности. Структура самосознания. Самосознание на разных возрастных этапах. Внутренняя позиция и развитие личности.

#### **Тема 6. Самоопределение личности**

Самоопределение личности. Виды самоопределения. Самопрезентация личности. Способы самопрезентации. Дневник как способ самопрезентации личности.

#### **Тема 7. Волевая регуляция. Стрессоустойчивость и саморегуляция**

Воля. Волевые качества личности. Волевая регуляция. Самоконтроль. Регуляция эмоций. Стрессоустойчивость.

### **Модуль III**

### Для 10 класса

#### **Тема 1. Общение. Азбука чувств. Развитие коммуникативных навыков**

Определение, функции, виды средств общения. Вербальное, невербальное общение. Понятие закрытой и открытой поз. Значение жестов в общении людей. Определение понятия коммуникативных навыков, их функции и роль в общении. Азбука чувств.

#### **Тема 2. Основы конфликтологии.**

Определение конфликта. Деструктивные и конструктивные стороны конфликта. Факторы возникновения конфликтов. Структура конфликта: конфликтная ситуация, инцидент и собственно конфликт. Стратегии и стили поведения в конфликте. Их различия и эффективность в различных ситуациях. Стратегии напористости и партнерства в конфликте. Стили поведения в конфликте: избегание, компромисс, сотрудничество, принуждение, уступка.

#### **Тема 3. Семья и семейные ценности в современном мире. Любовь как основа семьи**

Понятие «семья» и его определения в различных областях научного знания и общественной практики. Формы организации семьи в истории человеческого общества:

промискуитет, групповой брак, полиандрия, полигамия, моногамия; нуклеарная семья.

Эволюция семьи в истории человеческого общества – ключ к пониманию многих проблем современной семьи. Основные функции семьи: прокреативная, педагогическая, хозяйственно-экономическая, рекреативная (терапевтическая и организация досуга и отдыха). Семейные ценности: любовь, чувство значимости, взаимоуважение, честность, прощение, щедрость, ответственность, доверительное общение, соблюдение семейных традиций (национальных, конфессиональных, каждой отдельной семьи). Понятия «структура семьи», «семейная роль». Особенности семьи как малой социальной группы: нормативность, полифункциональность, гетерогенность состава, закрытость, частичная общность целей, совместный быт. Понятия здоровой и дисфункциональной семейной системы. Десять признаков здоровой семьи по В. Сатир. Способ осуществления руководства семьей (патриархальный и эгалитарный типы семьи). Конвенциональные и неконвенциональные семейные роли: муж–жена, мать–отец, брат–сестра, хозяин–хозяйка, организатор семейного досуга, сексуальный партнер. Изменения содержательного наполнения семейных ролей на современном этапе развития института семьи. Понятие «психологическая готовность». Основные теоретические подходы к выбору брачного партнера: изменение критериев в культурно-исторической перспективе. Компоненты, наиболее часто определяющие готовность к браку: когнитивный, эмоциональный, оценочно-волевой и деятельностный. Изучение феномена любви в мировой науке и искусстве. Любовь в супружестве и родительстве.

#### **Тема 4. Основы безопасного общения в Интернете**

Польза и вред общения в Интернете. Основные виды интернет-угроз и способы их избегания. Правила интернет-безопасности для детей: не публиковать в Сети свои настоящие личные данные (имя, фамилию, место проживания, номер телефона, адрес школы, класс и пр.), регламентировать время пребывания в Сети; использовать средства электронной безопасности (антивирусная программы, безопасный поиск, контентные фильтры, соблюдение возрастного ценза); презумпция лжи (не все, что пишут в Интернете, – правда); доброжелательное общение в Сети (не оскорблять окружающих, не публиковать чужие фотографии и сведения о других людях); использование надежных логина и пароля; осторожное отношение к новым незнакомым подписчикам в социальных сетях; обсуждение со значимыми взрослыми интернет-знакомств и содержания общения с новыми подписчиками; осторожное отношение к скачиваемому контенту; право не размещать свои фотографии в Сети и не разрешать это делать своим родителям.

#### **Для 11 класса**

##### **Тема 5. Понятие эмоционального интеллекта и soft skills**

Определение понятия «эмоциональный интеллект». Гибкие навыки (soft skills) – надпрофессиональные навыки, которые помогают решать жизненные задачи и работать с другими людьми.

##### **Тема 6. Конфликт или буллинг: как предотвратить психологическую травлю**

Основы конфликтологии, виды конфликтов (внутриличностный, межличностный, межгрупповой, конфликт группы и человека). Буллинг в школьной среде. Различия буллинга и конфликта. Основы конструктивного поведения в ситуации буллинга в классе.

##### **Тема 7. Семейное общение как инструмент создания психологического климата семьи**

Понятие «психологический климат семьи», которое отражает степень удовлетворенности членов семьи основными аспектами жизнедеятельности семьи, общим тоном и стилем общения. Принципы межличностного общения. Способы выражения любви супругов друг к другу и родителей к ребенку. Родительское отношение к ребенку: структура, типы и функции. Определение родительского отношения, родительских установок и стиля семейного воспитания. Эмоциональный, когнитивный и поведенческий аспекты родительского отношения. Факторы родительского отношения: принятие – отвержение, автономия – контроль. Значение изучения семейной истории для осознания семейных ценностей и традиций, а также важнейших паттернов поведения и эмоциональных реакций, реагирования на жизненные трудности, присущих семье копинг-стратегий разрешения конфликтов.

##### **Тема 8. Психологическая безопасность общения в Интернете**

Понятие психологической безопасности. Факторы риска для психологической безопасности. Основы психологически комфортного общения в социальных сетях. Экологичные способы привлечения аудитории в аккаунт.

## **Требования к уровню подготовки учащихся:**

### **Личностные результаты**

Личностные результаты отражают готовность и способность обучающихся руководствоваться сформированной внутренней позицией личности, системой ценностных ориентаций, позитивных внутренних убеждений, соответствующих традиционным ценностям российского общества, расширение жизненного опыта и опыта деятельности в процессе реализации средствами учебного предмета основных направлений воспитательной деятельности. В результате изучения элективного курса на уровне среднего общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

#### **1) гражданского воспитания:**

осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка, соблюдение основополагающих норм информационного права и информационной безопасности;

готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам в виртуальном пространстве;

#### **2) патриотического воспитания:**

ценностное отношение к историческому наследию, достижениям России в науке, искусстве, технологиях, понимание значения информатики как науки в жизни современного общества;

#### **3) духовно-нравственного воспитания:**

сформированность нравственного сознания, этического поведения;  
способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности, в том числе в сети Интернет;

#### **4) эстетического воспитания:**

эстетическое отношение к миру, включая эстетику научного и технического творчества;  
способность воспринимать различные виды искусства, в том числе основанные на использовании информационных технологий;

#### **5) физического воспитания:**

сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью, в том числе и за счёт соблюдения требований безопасной эксплуатации средств информационных и коммуникационных технологий;

#### **6) трудового воспитания:**

готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;

интерес к сферам профессиональной деятельности, связанным с информатикой, программированием и информационными технологиями, основанными на достижениях информатики и научно-технического прогресса, умение совершать осознанный выбор будущей профессии и реализовывать собственные жизненные планы;

готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни;

#### **7) экологического воспитания:**

осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения, в том числе с учётом возможностей информационно-коммуникационных технологий;

#### **8) ценности научного познания:**

сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития информатики, достижениям научно-технического прогресса и общественной практики, за счёт

понимания роли информационных ресурсов, информационных процессов и информационных технологий в условиях цифровой трансформации многих сфер жизни современного общества; осознание ценности научной деятельности, готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе.

В процессе достижения личностных результатов освоения программы по информатике у обучающихся совершенствуется эмоциональный интеллект, предполагающий сформированность:

саморегулирования, включающего самоконтроль, умение принимать ответственность за своё поведение, способность адаптироваться к эмоциональным изменениям и проявлять гибкость, быть открытым новому;

внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать исходя из своих возможностей;

эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других, учитывать его при осуществлении коммуникации, способность к сочувствию и сопереживанию;

социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и разрешать конфликты.

### **Метапредметные результаты**

В результате изучения элективного курса на уровне среднего общего образования у обучающегося будут сформированы метапредметные результаты, отражённые в универсальных учебных действиях, а именно: познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

### **Познавательные универсальные учебные действия**

#### **1) базовые логические действия:**

самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать её всесторонне;

устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения;

определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;

выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях;

разрабатывать план решения проблемы с учётом анализа имеющихся материальных и нематериальных ресурсов;

вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;

координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;

развивать креативное мышление при решении жизненных проблем.

#### **2) базовые исследовательские действия:**

владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем, способностью и готовностью к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;

овладеть видами деятельности по получению нового знания, его интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных ситуациях, в том числе при создании учебных и социальных проектов;

формирование научного типа мышления, владение научной терминологией, ключевыми понятиями и методами;

ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу её решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;

анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях;

давать оценку новым ситуациям, оценивать приобретённый опыт;

осуществлять целенаправленный поиск переноса средств и способов действия в профессиональную среду;

переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;

интегрировать знания из разных предметных областей;

выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения, ставить проблемы и задачи, допускающие альтернативные решения.

### **3) работа с информацией:**

владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления;

создавать тексты в различных форматах с учётом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации;

оценивать достоверность, легитимность информации, её соответствие правовым и морально-этическим нормам;

использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности.

## **Коммуникативные универсальные учебные действия**

### **1) общение:**

осуществлять коммуникации во всех сферах жизни;

распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и уметь смягчать конфликты;

владеть различными способами общения и взаимодействия, аргументированно вести диалог;

развёрнуто и логично излагать свою точку зрения.

### **2) совместная деятельность:**

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;

выбирать тематику и методы совместных действий с учётом общих интересов и возможностей каждого члена коллектива;

принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по её достижению: составлять

план действий, распределять роли с учётом мнений участников, обсуждать результаты совместной работы;



оценивать качество своего вклада и каждого участника команды в общий результат по разработанным критериям;

предлагать новые проекты, оценивать идеи с позиции новизны, оригинальности, практической значимости;

осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным.

### **Регулятивные универсальные учебные действия**

#### **1) самоорганизация:**

самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

самостоятельно составлять план решения проблемы с учётом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;

давать оценку новым ситуациям;

расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений;

делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;

оценивать приобретённый опыт;

способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень.

#### **2) самоконтроль:**

давать оценку новым ситуациям, вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям;

владеть навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований; использовать приёмы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения;

оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению;

принимать мотивы и аргументы других при анализе результатов деятельности.

#### **3) принятия себя и других:**

принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства;

принимать мотивы и аргументы других при анализе результатов деятельности;

признавать своё право и право других на ошибку;

развивать способность понимать мир с позиции другого человека.

### **Предметные результаты**

#### **10 класс**

В ходе прохождения данного элективного курса, учащиеся должны приобрести следующие умения и навыки:

- готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- формирование мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- формирование основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества;
- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.

- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- углубление, расширение и систематизация знаний в области психологии; умение применять психологические знания в профессиональной и общественной деятельности, поликультурном общении;
- сформированность представлений о методах познания психологических явлений и процессов;
- развитие личности обучающихся, их познавательных интересов, интеллектуальной и ценностно-смысловой сфер;
- создание условий для развития навыков учебной, проектно-исследовательской, творческой деятельности, мотивации обучающихся к саморазвитию;
- совершенствование имеющегося и приобретение нового опыта познавательной деятельности, профессионального самоопределения обучающихся.
- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов.
- сформированность представлений об основных нормативных актах в области образования; понятийно-терминологических основах педагогики и образования; истории образования и вкладе различных педагогов в развитие педагогики и образования;

#### **11 класс**

- формирование мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- формирование основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества;
- готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;
- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.
- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей

разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников.

- сформированность представлений о методах познания психологических явлений и процессов;
- умение применять психологические знания в профессиональной и общественной деятельности, поликультурном общении;
- владение знаниями о наиболее важных открытиях и достижениях в области психологии;
- развитие личности обучающихся, их познавательных интересов, интеллектуальной и ценностно-смысловой сфер;
- совершенствование имеющегося и приобретение нового опыта познавательной деятельности, профессионального самоопределения обучающихся.

## Тематическое планирование

*10 класс*

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
<b>Модуль I (11 ч.)</b>		
1.	Первое знакомство с психологией	2
2.	Как устроена нервная система человека	3
3.	Строение и функции нейрона	3
4.	Как устроен головной мозг и как он работает	3
<b>Модуль II (9 ч.)</b>		
5.	Индивид, индивидуальность, личность. Личность и характер.	2
6.	Личность в современном мире. Движущие силы развития личности: понятие личностного потенциала и ресурсов личности	2
7.	Самопознание личности: пути и способы.	2
8.	Потребности и мотивы	3
<b>Модуль III (14 ч.)</b>		
9	Общение. Азбука чувств. Развитие коммуникативных навыков.	3
10.	Основы конфликтологии.	4
11.	Семья и семейные ценности в современном мире. Любовь как основа семьи	4
12.	Основы безопасного общения в Интернете	3
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>

*11 класс*

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
<b>Модуль I (13 ч.)</b>		
1.	Темперамент как характеристика индивидуальных свойств человека.	3
2.	Способности человека, одаренность и талант.	2
3.	Познавательные процессы: как мы понимаем, думаем и запоминаем.	8
<b>Модуль II (8 ч.)</b>		
4.	Самосознание. Внутренняя позиция личности.	3
5.	Самоопределение личности.	2
6.	Волевая регуляция. Стрессоустойчивость и саморегуляция.	3
<b>Модуль III (13 ч.)</b>		
7.	Понятие эмоционального интеллекта и soft skills	3
8.	Конфликт или буллинг: как предотвратить психологическую травлю.	4
9.	Семейное общение как инструмент создания психологического климата семьи.	4
10.	Психологическая безопасность общения в Интернете	2
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>

## Календарно - тематическое планирование

10 класс

№ п/п	Тема занятия	Дата
<b>Модуль I (11 ч.)</b>		
<b>Тема 1. Первое знакомство с психологией (2 ч.)</b>		
1.	Основные цели и задачи курса. Понятие «психология». Методы психологии: основные и вспомогательные.	07.09
2.	Отрасли психологии.	14.09
<b>Тема 2. Как устроена нервная система человека (3 ч.)</b>		
3.	Нейропсихологические особенности человека. Строение нервной системы.	21.09
4.	Основные подразделения нервной системы. Центральная нервная система.	28.09
5.	Изучение эффектов симпатической и парасимпатической системы.	05.10
<b>Тема 3. Строение и функции нейрона (3 ч.)</b>		
6.	Строение и функции нейрона. Синапс. Образование нервного импульса. Медиаторы.	12.10
7.	Коллективные объединения нейронов – нервные сети, законы их существования. Как осуществляются многочисленные взаимодействия нейронов в центральной нервной системе. Какие особенности нервных сетей необходимы для обучения.	19.10
8.	Рефлекс. Рефлекторная дуга. Свойства нервных сетей. Определение свойств нервной системы.	26.10
<b>Тема 4. Как устроен головной мозг и как он работает (3 ч.)</b>		
9.	Как устроен головной мозг и как он работает. Задний мозг. Средний мозг. Передний мозг.	9.11
10.	Межполушарная асимметрия мозга.	16.11
11.	Функции правого и левого полушарий. Доминирование полушарий. Функциональная асимметрия головного мозга.	25.11
<b>Модуль II (9 ч.)</b>		
<b>Тема 1. Индивид, индивидуальность, личность. Личность и характер (2 ч.)</b>		
12.	Человек как индивид и как личность. Индивидуальные свойства личности.	30.11
13.	Характер. Типология характера. Черты личности. Воспитание характера.	07.12
<b>Тема 2. Личность в современном мире. Движущие силы развития личности: понятие личностного потенциала и ресурсов личности (2 ч.)</b>		
14.	Развитие личности: факторы, механизмы и условия. Предпосылки развития личности.	14.12
15.	Потенциал и ресурсы личности.	21.12
<b>Тема 3. Самопознание личности: пути и способы (2 ч.)</b>		
16.	Самопознание личности. Уровни самопознания.	28.12

17.	Пути самопознания. Рефлексия как способ самопознания.	11.01
<b>Тема 4. Потребности и мотивы (3 ч.)</b>		
18.	Потребности, общая характеристика. Виды потребностей.	18.01
19.	Иерархия потребностей по А. Маслоу.	25.01
20.	Мотив и мотивация. Виды мотивов. Мотивы достижения успеха и избегания неудач.	01.02
<b>Модуль III (14 ч.)</b>		
<b>Тема 1. Общение. Азбука чувств. Развитие коммуникативных навыков (3 ч.)</b>		
21.	Определение, функции, виды средств общения. Вербальное, невербальное общение.	08.02
22.	Понятие закрытой и открытой поз. Значение жестов в общении людей.	15.02
23.	Определение понятия коммуникативных навыков, их функции и роль в общении. Азбука чувств.	22.02
<b>Тема 2. Основы конфликтологии (4 ч.)</b>		
24.	Определение конфликта. Деструктивные и конструктивные стороны конфликта. Факторы возникновения конфликтов.	01.03
25.	Структура конфликта: конфликтная ситуация, инцидент и собственно конфликт.	15.03
26.	Стратегии и стили поведения в конфликте. Их различия и эффективность в различных ситуациях.	29.03
27.	Стратегии напористости и партнерства в конфликте. Стили поведения в конфликте: избегание, компромисс, сотрудничество, принуждение, уступка.	05.04
<b>Тема 3. Семья и семейные ценности в современном мире. Любовь как основа семьи (4 ч.)</b>		
28.	Понятие «семья» и его определения в различных областях научного знания и общественной практики. Формы организации семьи в истории человеческого общества.	12.04
29.	Эволюция семьи в истории человеческого общества. Основные функции семьи.	19.04
30.	Семейные ценности. Понятия «структура семьи», «семейная роль». Особенности семьи как малой социальной группы. Понятия здоровой и дисфункциональной семейной системы. Семейные роли.	26.04
31.	Десять признаков здоровой семьи по В. Сатир. Способ осуществления руководства семьей. Любовь в супружестве и родительстве.	03.05
<b>Тема 4. Основы безопасного общения в Интернете (3 ч.)</b>		
32.	Польза и вред общения в Интернете. Основные виды интернет-угроз и способы их избегания.	10.05
33.	Правила интернет-безопасности.	17.05
34.	Зачётная работа по теме курса	24.05

11 класс

№ п/п	Тема занятия	Дата
<b>Модуль I (13 ч.)</b>		
<b>Тема 1. Темперамент как характеристика индивидуальных свойств человека (3ч.)</b>		
1.	Индивидуально-типологические особенности высшей нервной деятельности. Стартовая диагностика.	
2.	Типы высшей нервной деятельности и темпераменты.	
3.	Типы высшей нервной деятельности у детей. Обучение и индивидуальные особенности.	
<b>Тема 2. Способности человека, одаренность и талант (2ч.)</b>		
4.	Понятие способностей. Задатки.	
5.	Виды способностей.	
<b>Тема 3. Познавательные процессы: как мы понимаем, думаем и запоминаем (8ч.)</b>		
6.	Понятие внимания. Виды внимания. Свойства внимания.	
7.	Развитие внимания. Как происходит анализ информации, поступающей в наш мозг.	
8.	Какую роль в обучении играют зрение и слух. Понятие об анализаторах или сенсорных системах.	
9.	Зрительная и слуховая сенсорные системы.	
10.	Происходит ли полное забывание информации. Виды памяти.	
11.	Временная организация памяти. Мозговые структуры, отвечающие за память.	
12.	Что такое язык. Есть ли язык у животных. Функции речи. Механизмы речи.	
13.	Понятие мышления. Мыслительные операции. Связь мышления и речи.	
<b>Модуль II (8 ч.)</b>		
<b>Тема 4. Самосознание. Внутренняя позиция личности (3ч.)</b>		
14.	Самосознание личности. Структура самосознания.	
15.	Самосознание на разных возрастных этапах.	
16.	Внутренняя позиция и развитие личности.	
<b>Тема 5. Самоопределение личности (2ч.)</b>		
17.	Самоопределение личности. Виды самоопределения.	
18.	Самопрезентация личности. Способы самопрезентации. Дневник как способ самопрезентации личности.	
<b>Тема 6. Волевая регуляция. Стрессоустойчивость и саморегуляция (3ч.)</b>		
19.	Воля. Волевые качества личности.	
20.	Волевая регуляция. Самоконтроль.	
21.	Регуляция эмоций. Стрессоустойчивость.	
<b>Модуль III (13 ч.)</b>		
<b>Тема 7. Понятие эмоционального интеллекта и soft skills (3ч.)</b>		
22.	Определение понятия «эмоциональный интеллект».	
23.	Гибкие навыки (soft skills) – надпрофессиональные навыки, которые помогают решать жизненные задачи и работать с другими людьми.	
24.	Диагностика «эмоционального интеллекта».	
<b>Тема 8. Конфликт или буллинг: как предотвратить психологическую травлю (4ч.)</b>		

25.	Основы конфликтологии, виды конфликтов (внутриличностный, межличностный, межгрупповой, конфликт группы и человека).	
26.	Буллинг в школьной среде.	
27.	Различия буллинга и конфликта.	
28.	Основы конструктивного поведения в ситуации буллинга в классе.	
<b>Тема 9. Семейное общение как инструмент создания психологического климата семьи (4ч.)</b>		
29.	Понятие «психологический климат семьи», которое отражает степень удовлетворенности членов семьи основными аспектами жизнедеятельности семьи, общим тоном и стилем общения.	
30.	Принципы межличностного общения. Способы выражения любви супругов друг к другу и родителей к ребенку.	
31.	Родительское отношение к ребенку: структура, типы и функции. Определение родительского отношения, родительских установок и стиля семейного воспитания. Эмоциональный, когнитивный и поведенческий аспекты родительского отношения. Факторы родительского отношения: принятие – отвержение, автономия – контроль.	
32.	Значение изучения семейной истории для осознания семейных ценностей и традиций, а также важнейших паттернов поведения и эмоциональных реакций, реагирования на жизненные трудности, присущих семье копинг-стратегий разрешения конфликтов.	
<b>Тема 10. Психологическая безопасность общения в Интернете (2ч.)</b>		
33.	Понятие психологической безопасности. Факторы риска для психологической безопасности. Основы психологически комфортного общения в социальных сетях. Экологичные способы привлечения аудитории в аккаунт.	
34.	Зачётная работа по теме курса.	



## Список литературы

1. Ажиев А.В. Курс лекций по общей психологии: Учеб. Пособие/ Сост. А.В. Ажиев, З.И. Гадаборшева. - Владикавказ, ИПП им. В. Гассиева, 2011.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди: психология человеческих взаимоотношений. Люди, которые играют в игры: психология человеческой судьбы. – М., 1997.
3. Бигель Дж. Справляемся со стрессом. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2021.
4. Бунтовская, Л. Л. Конфликтология: учебное пособие для среднего профессионального образования / Л. Л. Бунтовская, С. Ю. Бунтовский, Т. В. Петренко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021.
5. Качалов, Л. К. Конфликтология: учебное пособие для СПО / Л. К. Качалов, М. А. Логутова. — Саратов: Профобразование, 2021.
6. Коноваленко М. Ю. Психология общения: учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Ю. Коноваленко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021.
7. Маслова Т. А. Психология общения: учебное пособие для СПО / Т. А. Маслова, С. И. Маслов. — Саратов: Профобразование, 2019.
8. Неумоева-Колчеданцева Е. В. Возрастная психология и педагогика, семейное консультирование: учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Неумоева-Колчеданцева. — 2-е изд., стер. — Москва: Издательство Юрайт, 2021.
9. Организация деятельности психолого-педагогических классов: учебно-методическое пособие. – Москва: Академия Минпросвещения России, 2021.
10. Понамаренко Л.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников: пособие для педагога в 2 частях. – М.: Владос, 2003.
11. Рогов Е.Г. Психология общения. - М.: ВЛАДОС, 2004.
12. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб: Издательство Питер. 2020.