


**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ХМАО-ЮГРЫ**  
**КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ**  
**БЕЛОЯРСКОГО РАЙОНА**  
**СОШ № 3 Г. БЕЛОЯРСКИЙ**


РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

 М.Ю. Плюснина  
Протокол №1 от 30.08.2023

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

 О.В.Меньщикова  
30.08.2023

УТВЕРЖДЕНО

Приказ №577 от 30.08.2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**элективного курса «Психология»**  
для обучающихся 10 классов

г. Белоярский, 2023 год

## **I. Пояснительная записка**

Рабочая программа элективного курса «Психология» разработана на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. Федеральных законов от 08.06.2020 № 165-ФЗ).
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2016 № 413.
- примерной основной образовательной программы среднего общего образования (в ред. протокола № 2/16-з от 28.06.2016 г. федерального учебно-методического объединения по общему образованию).
- основной общеобразовательной программы среднего общего образования МАОУ «Средней общеобразовательной школы №3 г.Белоярский».

Цель элективного курса: формирование гуманистического мировоззрения и психологической культуры учащихся, развитие навыков социальной компетентности учащихся.

Задачи элективного курса:

- способствовать самораскрытию и развитию способностей учащихся;
- развивать навыки рефлексии и самоанализа своих чувств, желаний, поступков;
- развивать способность понимания чувств и мотивов поведения других людей;
- обучать приемам саморегуляции в стрессовых ситуациях;
- обучать приемам творческого преодоления конфликтов.

**Общая характеристика курса.** Программа состоит из двух логически связанных частей: часть 1 – «Психология», рассчитанной для обучающихся 10 класса.

Программа рассчитана на преподавание в классе обычной наполняемости – один урок в неделю.

Теоретическая часть курса построена на учебнике «Психология» (Немов Р.С.), рекомендованном еще в 1995 г. Главным управлением развития общего и среднего образования Министерства образования РФ.

Методической особенностью данной программы является проблемно-диалогический подход в обучении. Особую роль в творческом освоении знаний старшеклассников имеют проблемные вопросы. Их постановка позволяет включить учащихся в обсуждение, побудить высказать свою точку зрения, задуматься о неожиданных аспектах привычных событий или отношений. Выслушивая разные мнения, преподаватель должен поощрять активность учащихся, удерживаться от критических замечаний и категоричных оценок.

Диалогический характер обучения призван способствовать самостоятельному «открытию» школьниками различных аспектов психологических явлений и фактов; осознанию необходимости учета позиций, мнений, интересов и потребностей других людей в процессе межличностного взаимодействия, преимуществ конструктивных взаимоотношений с людьми для достижения собственных жизненных целей.

Основным принципом осуществления данной программы является создание атмосферы доверия и раскрепощенности, обстановки творческого поиска, в которой учащиеся смогут свободно высказывать свое мнение, разыгрывать ситуации, участвовать в ролевых играх,

выполнять упражнения, что требует от преподавателя владения активными методами обучения, умения вести дискуссии, обсуждения, организовывать работу в малых группах, применять элементы психологического тренинга.

При проведении уроков преподаватель чаще выступает как фасилитатор, организующий конструктивное общение участников, что предполагает применение навыков активного слушания, гибкости и творческого подхода.

Структура урока: каждая тема содержит материал, который может излагаться в течение одного урока. В структуре урока традиционно выделяются следующие этапы хода урока: объявление целей и задач урока, повторение пройденного, изучение нового материала, практическая работа и закрепление новой темы, рефлексия и подведение итогов.

Формы и методы, используемые на уроках:

- обсуждение проблемных вопросов;
- дискуссии;
- анализ ситуаций;
- имитационные и ролевые игры;
- элементы социально-психологического тренинга;
- рисуночные методы;
- техники и приемы саморегуляции;
- проведение и анализ результатов психологического тестирования.

**Место** учебного курса «Психология» в учебном (образовательном) плане.

Курс «Психология» изучается на ступени среднего общего образования в качестве курса по выбору в общем объеме 34 часов – 1 час в неделю.

### **Результаты освоения элективного курса.**

Личностные:

- умение правильно строить коммуникацию и выбирать тактику для самопрезентации;
- уметь опираться на свой личный опыт в выборе в рамках предложенной стратегии;
- анализировать внешние возможности и препятствия, личные сильные и слабые стороны, планировать и ставить цели;
- получение опыта в психотренингах, дискуссиях.

Метапредметные:

⇒ регулятивные:

- умение определять проблему, ставить учебные цели, проверять достижимость целей с помощью учителя;
- умение действовать по заданному алгоритму;
- осуществлять констатирующий контроль по результату действия.

⇒ коммуникативные:

- умение выражать свои мысли, обосновывать собственное мнение;

- умение аргументировать свое предложение, убеждать и уступать;
- умение договариваться, находить общее решение;
- умение «слышать другого»;
- способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в ситуации конфликта интересов;
- умение с помощью вопросов получать необходимые сведения от партнера по деятельности.

⇒ познавательные:

- развитие способности наблюдать и рассуждать;
- умение осознанно и произвольно строить речевое высказывание;
- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;
- постановка и формулирование проблемы, самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого характера;
- рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности.

Предметные:

- расширение представлений о предмете психологии и связи ее с другими науками, о феномене человека, уникальности его внутреннего мира;
- получение представлений о познавательных процессах и индивидуально-психологических особенностях личности.

## **II. Планируемые результаты изучения элективного курса.**

Учащиеся получают представление:

- о предмете психологии и связи ее с другими науками;
- о феномене человека, уникальности его внутреннего мира;
- о познавательных процессах и индивидуально-психологических особенностях личности;
- о технологиях эффективной коммуникации.

Учащиеся получают опыт:

- участия в психотренингах, ролевых играх и дискуссиях;
- участия в обсуждении неоднозначных проблем и вопросов как личного, так и общего характера;
- переживания и разрешения сложных жизненных ситуаций.

Учащиеся познакомятся с навыками и приемами:

- конструктивного повседневного и делового общения;
- понимания чувств и мотивов поведения других людей;
- саморегуляции в стрессовых ситуациях;
- формирования активных жизненных ценностей;
- творческого преодоления конфликтов.

### **III. Содержание элективного курса**

Программа элективного курса «Психология» (10 класс) имеет пять блоков и охватывает все основные разделы общей психологии, а также социальной и возрастной психологии. Практическую направленность имеют уроки, позволяющие учащимся овладеть приемами саморегуляции, развивать способность к позитивному мышлению.

В программе «Основы психологии», кроме традиционных разделов общей психологии, выделены специальные темы: «Самосознание», «Я-концепция», «Самоотношение», которые имеют прямое отношение к формированию личности старшеклассника, развитию самопонимания, выработке собственной жизненной позиции. Практическую направленность имеют уроки, позволяющие школьникам овладеть приемами саморегуляции, развить способность к позитивному мышлению, уверенность в себе, чувство собственного достоинства. В чрезвычайно важных и актуальных для раннего юношеского возраста темах «Дружба», «Любовь», «Экология любви» затрагиваются проблемы уникальности человеческих чувств, необходимости бережного отношения к чужим чувствам, умения отличать открытые и серьезные отношения от психологического насилия и манипуляции.

Раздел «Личность» построен по принципу «от общего к частному». Для достижения стратегических целей программы (формирования гуманистического мировоззрения, выработка собственной позиции, развитие способности к критической переработке информации, осознанию неоднозначности интерпретации многих сложных феноменов человеческой психики и поведения) в программу изучения курса введены изложения наиболее известных теорий личности. В программе представлены: психоанализ З. Фрейда, индивидуальная психология А. Адлера, гуманистическая психология А. Маслоу, бихевиоризм.

**IV. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на изучение  
Элективный курс «Психология» 10 класс**

№ п/п	Дата	Количество часов, отводимых на изучение темы	Тема урока
1		1	Знакомство. Введение в курс. История развития психологии. Отрасли психологии.
2		1	Познавательные процессы. Внимание.
3		1	Познавательные процессы. Память.
4		1	Познавательные процессы. Мышление.
5		1	Способности. Интеллект.
6		1	Творческие способности. Креативность.
7		1	Мозг и психика. Межполушарная асимметрия мозга.
8		<b>1</b>	<b>Проверочная работа по теме «Общая психология»</b>
9		1	Личность. Сущность, определение.
10		1	Психоаналитическая теория личности (З.Фрейд).
11		1	Индивидуальная теория личности (А.Адлер).
12		1	Бихевиоризм.
13		1	Гуманистическая психология (А.Маслоу).
14		<b>1</b>	<b>Проверочная работа по теме «Теории личности»</b>
15		1	Темперамент.
16		1	Характер.
17		1	Самосознание. «Я-концепция».
18		1	Самоотношение. Уверенность в себе.
19		<b>1</b>	<b>Проверочная работа по теме «Личность»</b>
20		1	Эмоции и чувства.
21		1	Дружба.
22		1	Любовь. Экология любви.
23		1	Отрицательные эмоции. Страхи и тревоги. Арт-терапия.
24		1	Стресс.
25		1	Приемы саморегуляции.
26		<b>1</b>	<b>Проверочная работа по теме «Эмоциональный мир человека»</b>
27		1	Профилактика аддиктивного поведения. Курение.
28		1	Профилактика аддиктивного поведения. Вся правда о наркотиках.

29		1	Позитивное мышление.
30		1	Психологические особенности ребенка.
31		1	Подростковый возраст.
32		1	Юность.
33		<b>1</b>	<b>Проверочная работа по теме «Возрастная психология»</b>
34		1	Рефлексия курса. Подведение итогов.



## **V. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса**

Перечень учебно-методического обеспечения:

1. «Атлас по психологии» М.В. Гамезо. М.: Педагогическое общество России, 2006.
2. Курс практической психологии/Р.Р.Кашапов. – Ижевск.: Изд-во Удм.ун-та,2007.
3. Платонов К. «Занимательная психология». – СПб.: Издательство «Питер», 2003.
4. Платонов К. Краткий психологический словарь, М.: АСТ, 2005.
5. Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников: - М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС,2003 г.
6. Реан А.А., Гатанов Ю.Б., Баранов А.А. «Психология 8-11 класс. Учебник». – СПб.: Издательство «Питер», 2007.
7. Цукерман, Г. А. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов — Рига: ПЦ «Эксперимент», 1997.

Перечень Интернет ресурсов и других электронных информационных источников

<http://moikompass.ru/compas/temperament>

<http://psychology.net.ru/dictionaries/psy.html?word=992>

<http://pro-psixology.ru/edinstvo-mira-i-problema-razvitiya-psixiki/20-tipologiya-i-teoriiemperamenta.html>

<http://pro-psixology.ru/glava1/21-kratkij-yebskurs-v-istoriyu-psixologii.html>

<http://psychotype.ru/article/a-15.html>

<http://shkolazhizni.ru/archive/0/n-3338/>

<http://www.jv.ru/blog/entry/26398>

<http://www.mirpozitiva.ru/topics/topics44.html>

<http://ru.wikipedia>

Перечень материально-технического обеспечения:

- ❖ компьютер.
- ❖ мультимедийный проектор.
- ❖ интерактивная доска.
- ❖ наглядные пособия, карточки.
- ❖ раздаточный материал.