



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
№9 им.К.Х.Некая» а.Вочепшия

Рассмотрено

«Согласовано»

на заседании МО

Зам.директора по УВР

Протокол №1

Некай З.К.

от 26.08. 2024г.

от 26. 08. 2024г.

рук-ль МО

«Утверждаю»

Директор школы

Делок М.З.

Приказ №

от 26.08.2024г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

элективного курса «Основы психологии»

для 10-11 класса

Составлена педагогом-психологом Делок Ф.Р.

2024-2025 учебный год

Рабочая программа учебного курса «Основы психологии» для учащихся 10–11 классов общеобразовательных организаций (далее – Программа) разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (далее – ФГОС СОО), примерной основной образовательной программой среднего общего образования, примерной программой воспитания, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 2 июня 2020 г. № 2/20), а также примерной программой учебного курса «Основы педагогики и психологии» для 10-11 классов общеобразовательных организаций, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 18 марта 2022 г. № 1/22). Программа разработана в помощь обучающимся, чтобы посредством метода активного включения в познавательную и волонтерскую деятельность школьники могли принять решение о правильности предпрофессионального выбора; включиться в процесс самоопределения, саморазвития, самовоспитания и самообразования. Программа ориентирована на достижение метапредметных результатов и развитие функциональной грамотности обучающихся.

Изучение основ педагогики и психологии на уровне среднего общего образования предполагается за счет часов части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, в объеме **68** часов: в 10 классе – 34 часов, в 11 классе – 34 часов.

### **Планируемые результаты освоения курса**

В результате освоения программы курса «Основы психологии» обучающиеся будут знать:

- какие личностные качества профессионально значимы для психолога и педагога;

- ключевые термины и понятия, характерные для психологии, изучаемые в рамках данного курса;
- методы и приемы изучения поведения человека с точки зрения различных образовательных ситуаций;
- о способностях человека, их природе, о стратегиях личностного развития, успешного образовательного и социального взаимодействия.

Будут уметь:

- проектировать стратегию собственного профессионального и личностного развития, в том числе в области дальнейшего освоения педагогической профессии;
- работать в команде для совместного решения поставленных задач, в том числе проектно-исследовательских;
- самостоятельно работать с информацией.

Будут иметь опыт:

- организации совместной деятельности и общения, в т. ч. в виртуальной среде, проектирования условий и средств продуктивной коммуникации в контексте учебной деятельности;

Смогут сделать осознанный профессиональный выбор в отношении педагогической профессии.

Поскольку учебный курс «Основы педагогики и психологии» изучается на уровне среднего общего образования за счет часов части из учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, обучение обеспечивает:

- удовлетворение индивидуальных запросов обучающихся;
- развитие личности обучающихся, их познавательных интересов, интеллектуальной и ценностно-смысловой сферы;
- развитие навыков самообразования и самопроектирования;

- углубление, расширение и систематизацию знаний в психолого-педагогической области;
- совершенствование имеющегося и приобретение нового опыта познавательной деятельности, профессионального самоопределения обучающихся.

Результаты изучения учебного курса «Основы педагогики и психологии» способствуют:

- развитию личности обучающихся средствами педагогики и психологии: развитию их общей культуры, мировоззрения, формирование ценностно-смысловых установок;
- развитию познавательных, регулятивных и коммуникативных способностей, готовности и способности к саморазвитию и профессиональному самоопределению;
- обеспечению профессиональной ориентации обучающихся.

### **Оценка результатов освоения курса**

Итоговая оценка складывается из результатов оценки метапредметных и предметных результатов.

#### **Оценка метапредметных результатов**

Оценивание заявленных в Программе метапредметных результатов осуществляется по результатам проектно-исследовательской деятельности обучающихся.

#### **Система оценки предметных результатов**

Оценка достижения предметных результатов ведется как в ходе текущего, промежуточного, так и итогового оценивания.

## **Критерии оценивания письменных работ (эссе)**

Эссе – основная форма проверки умения правильно и последовательно излагать свои мысли (или услышанный текст) и проверки уровня развития речи обучающихся.

При оценивании эссе внимание обращается прежде всего на содержание и речевое оформление, при этом учитываются:

- соответствие работы обучающегося теме и основной мысли;
- полнота раскрытия темы;
- правильность фактического материала;
- последовательность изложения;
- умение использовать языковые средства в соответствии со стилем, темой.

## **Проектная и исследовательская работа**

Критерии оценки проектной и исследовательской работы:

- самостоятельность в постановке проблемы в рамках определенной темы и в выборе способов ее решения, включая поиск и обработку информации;
- самостоятельность в формулировке, обосновании и апробации выводов;
- сформированность предметных знаний и способов действий для раскрытия содержания работы;
- правильность оформления и изложения результатов исследовательской работы

## **Содержание учебного курса**

### **Психология в жизни каждого из нас**

Для чего нужна психология? Основные понятия психологии. Психология как наука. Житейская и профессиональная психология. Как психология помогает понять человека. Будущее психологии и ее перспектив

### **Человек как уникальная личность в социальном взаимодействии**

Личность человека и ее уникальность. Общая характеристика психологических свойств личности. Что такое темперамент? Что такое воля? Волевые качества личности и их роль в процессе принятия профессиональных решений. Способности человека, как уникальность личности. Потребности и мотивы. Возможности личностного развития и успешного социального взаимодействия.

### **Познавательные процессы, как одно из свойств уникальности личности**

Общая характеристика познавательных процессов. Ощущения, как психический процесс. Восприятие как одна из психических функций. Внимание как психический процесс. Упражнения на развитие внимания. Память как одна из психических функций. Упражнения на развития памяти. Мышление. Воображение.

### **Развитие личностного потенциала человека**

Развитие психики человека. Личностные и характерологические особенности человека. Всё об эмоциях. Искусство управления эмоциями. Эмоциональный интеллект в жизни и профессии. Психологическая готовность к самостоятельному принятию решений.

### **Учимся учиться самостоятельно.**

Эффективная обратная связь и самооценка. Целеполагание. Внутренняя и внешняя мотивация учения. Выученная беспомощность.

## **Я-сейчас, Я-тогда и Я-в будущем.**

Концепции смысла жизни. Что такое жизненная перспектива? Почему самоопределение становится проблемой. Личные границы человека в отношениях с другими.

## **11 класс Как мы живем и работаем вместе? Человек как член сообщества**

Человек, коллектив, общество. Как организовать совместную деятельность? Как общаться и работать вместе? Проблема коммуникации. Навыки конструктивной коммуникации. Особенности малых групп. Взаимодействие в группе. Как вести за собой?

## **Азбука общения: от А до Я**

Навыки эффективного общения. Деловое общение. Особенности и механизмы межличностного общения. Правила эффективного общения. Культура виртуального общения. Конфликты и пути их разрешения. Возможности медиации при разрешении конфликтов. Психология лидерства.

## **Универсальные компетенции для жизни и учебы**

Развитие навыков уверенного поведения. Навыки самопрезентации. Искусство переговоров. Социально-эмоциональный интеллект и Soft Skills. Психологические особенности имиджа. “Как управлять людьми”: психология поведения, гуманистическая психология. Искусство навыков XXI века. Успеваем всё: современный тайм-менеджмент.

## **Проектирование своей истории успеха**

Психология идентичности: кто Я? Структура мотивационной сферы человека: потребности, мотивы, цели. Понятие о способностях. Задатки как природные предпосылки развития способностей. Перспективные направления развития экономики и связанные с ними специальности

## Тематическое планирование

<b>№</b>	<b>Наименование раздела</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Модуль «Школьный урок» Деятельность учителя</b>	<b>ЭОР</b>
<b>10 класс</b>				
1	Психология в жизни каждого из нас	5	<i>Утверждения себя как личность в системе отношений, свойственных взрослому миру.</i>	<a href="#">Каталог файлов</a> - <a href="#">Официальный сайт (ucoz.ru)</a>
2	Человек как уникальная личность в социальном взаимодействии	8	<i>Становления собственной жизненной позиции подростка, его собственных ценностных ориентаций Развитие ценностных отношений к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда.</i>	<a href="#">Каталог файлов</a> - <a href="#">Официальный сайт (ucoz.ru)</a>
3	Познавательные процессы, как одно из свойств уникальности личности	6	<i>Развитие ценностных отношений к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья. Развитие ценностных отношений к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогу его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне.</i>	<a href="#">Каталог файлов</a> - <a href="#">Официальный сайт (ucoz.ru)</a>
4	Развитие личностного потенциала человека	7	<i>Развитие ценностных отношений к своему отечеству, своей малой и</i>	<a href="#">Каталог файлов</a> - <a href="#">Официальный сайт (ucoz.ru)</a>

			<p><i>большой Родине, как месту, в котором человек вырос и познал первые радости и неудачи, которая завещана ему предками и которую нужно оберегать.</i></p> <p><i>Утверждения себя как личность в системе отношений, свойственных взрослому миру.</i></p>	
5	Учимся учиться самостоятельно	4	<p><i>Развитие ценностных отношений к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.</i></p> <p><i>Развитие ценностных отношений к здоровью как залогу долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир.</i></p> <p><i>Становления собственной жизненной позиции подростка, его собственных ценностных ориентаций</i></p>	<a href="#">Каталог файлов - Официальный сайт (ucoz.ru)</a>
6	Я-сейчас, Я-тогда и Я-в будущем.	4	<p><i>Развитие ценностных отношений к миру как главному принципу человеческого обще�ития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье.</i></p>	<a href="#">Каталог файлов - Официальный сайт (ucoz.ru)</a>
<b>11 класс</b>				
1	<b>Как мы живем и работаем вместе? Человек как член сообщества</b>	7	<p><i>Утверждения себя как личность в системе отношений, свойственных взрослому миру.</i></p>	<a href="#">Каталог файлов - Официальный сайт (ucoz.ru)</a>

2	<b>Азбука общения: от А до Я</b>	9	<i>Становления собственной жизненной позиции подростка, его собственных ценностных ориентаций Развитие ценностных отношений к знаниям как интеллектуальному ресурсу,</i>	<a href="#">Каталог файлов -</a> <a href="#">Официальный сайт (ucoz.ru)</a>
---	----------------------------------	---	--	--

			<i>обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда.</i>		
3	Универсальные компетенции жизни и учебы	для	10	<p><i>Развитие ценностных отношений к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья.</i></p> <p><i>Развитие ценностных отношений к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогу его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне.</i></p> <p><i>Развитие ценностных отношений к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда.</i></p>	<a href="#">Каталог файлов -</a> <a href="#">Официальный сайт (ucoz.ru)</a>

4	Проектирование своей истории успеха	8	<p><i>Развитие ценностных отношений к своему отечеству, своей малой и большой Родине, как месту, в котором человек вырос и познал первые радости и неудачи, которая завещана ему предками и которую нужно оберегать.</i></p> <p><i>Утверждения себя как личность в системе отношений, свойственных взрослому миру.</i></p> <p><i>Развитие ценностных отношений к здоровью как залогу долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир.</i></p> <p><i>Становления собственной жизненной позиции подростка, его собственных ценностных ориентаций</i></p>	<a href="#">Каталог файлов -</a> <a href="#">Официальный сайт (ucoz.ru)</a>
---	-------------------------------------	---	--	--

## **Календарно-тематическое планирование**

### **10 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование тем уроков. Контроль знаний</b>	<b>Кол- во часов</b>	<b>Дата проведения</b>	
			<b>План</b>	<b>Факт</b>
<b>Психология в жизни каждого из нас</b>				
1.	Для чего нужна психология? Основные понятия психологии	1		
2.	Психология как наука. Житейская и профессиональная психология Модуль Школьный урок «Международный день распространения грамотности»	1		
3.	Как психология помогает понять человека. Занятие с элементами тренинга.	1		
4.	Будущее психологии и ее перспектив Модуль Школьный урок «День работника школьного образования»	1		
5.	Реферат по выбранной теме	1		
<b>Человек как уникальная личность в социальном взаимодействии</b>				
6.	Личность человека и ее уникальность. Будущее психологии и ее перспектив Модуль Школьный урок «День Учителя»	1	11.10	
7.	Общая характеристика психологических свойств личности.	1	18.10	
8.	Что такое темперамент? Опросник Айзенка по определению типа темперамента Модуль Школьный урок «Международный день школьных библиотек»	1	25.10	
9.	Что такое воля? Волевые качества личности и их роль в процессе принятия профессиональных решений (Методика «Вол»)	1	8.11	
10.	Способности человека, как уникальность личности	1	15.11	
11.	Потребности и мотивы. Тест «Мотивы выбора профессии» Модуль Школьный урок «День матери в России»	1	22.11	
12.	Возможности личностного развития и успешного социального взаимодействия. Занятие с элементами тренинга	1	29.11	
13.	Написание эссе «Как я могу использовать свои способности» Модуль Школьный урок «Международный день инвалидов»	1	6.12	
<b>Познавательные процессы, как одно из свойств уникальности личности</b>				
14.	Общая характеристика познавательных процессов	1		

15.	Ощущения, как психический процесс. Восприятие как одна из психических функций	1		
16.	Внимание как психический процесс. Упражнения на развитие внимания.	1		
17.	Память как одна из психических функций. Упражнения на развития памяти.	1		
18.	Мышление. Воображение. способности» Модуль Школьный урок «День российской науки»	1		
19.	Дискуссия «Можно ли прожить без Интернета?»	1		
	<b>Развитие личностного потенциала человека</b>			
20.	Развитие психики человека.	1		
21.	Личностные и характерологические особенности человека. Модуль Школьный урок «Международный день родного языка»	1		
22.	Всё об эмоциях.	1		
23.	Искусство управления эмоциями. Модуль Школьный урок «200 лет со дня рождения Константина Дмитриевича Ушинского»	1		
24.	Эмоциональный интеллект в жизни и профессии.	1		
25.	Психологическая готовность к самостоятельному принятию решений	1		
26.	Дискуссия «Нужен ли нам эмоциональный интеллект?»	1		
	<b>Учимся учиться самостоятельно</b>			
27.	Эффективная обратная связь и самооценка.	1		
28.	Учимся друг у друга, учимся вместе, учимся у лучших. Модуль Школьный урок «День Земли»	1		
29.	Целеполагание. Внутренняя и внешняя мотивация учения. Выученная беспомощность.	1		
30.	Реферат по выбранной теме	1		
	<b>Я-сейчас, Я-тогда и Я-в будущем.</b>			
31.	Концепции смысла жизни. Что такое жизненная перспектива? Модуль Школьный урок «День детских общественных организаций России»	1		
32.	Почему самоопределение становится проблемой.	1		
33.	Личные границы человека в отношениях с другими, проведение тренинга «Личностные границы».	1		
34.	Написание эссе «Я-сейчас, Я-тогда и Я-в будущем»	1		
	Итого	34		

## 11 класс

№ п/п	Наименование тем уроков. Контроль знаний	Кол- во часов	Дата проведения	
			План	Факт
	<b>Как мы живем и работаем вместе? Человек как член сообщества</b>			
1.	Человек, коллектив, общество.	1		
2.	Как организовать совместную деятельность? Занятие с элементами тренинга.	1		
3.	Как общаться и работать вместе?	1		
4.	Проблема коммуникации. Навыки конструктивной коммуникации. Анкета для оценки коммуникативных и организаторских склонностей (КОС) Б. А. Федоришин.	1		
5.	Особенности малых групп. Взаимодействие в группе	1		
6.	Как вести за собой?	1		
7.	Реферат по выбранной теме	1		
	<b>Азбука общения: от А до Я</b>			
8.	Навыки эффективного общения. Занятие с элементами тренинга.	1		
9.	Деловое общение.	1		
10.	Особенности и механизмы межличностного общения.	1		
11.	Правила эффективного общения	1		
12.	Культура виртуального общения.	1		
13.	Конфликты и пути их разрешения. Тест Томаса «Внимание! Конфликт!»	1		
14.	Возможности медиации при разрешении конфликтов.	1		
15.	Психология лидерства.	1		
16.	Семинар по пройденным темам	1		
	<b>Универсальные компетенции для жизни и учебы</b>			
17.	Исследование самооценки по методике Дембо – Рубинштейна в модификации А.М. Прихожан	1		
18.	Развитие навыков уверенного поведения.	1		
19.	Будь уверен! Говори! Навыки самопрезентации. Занятие с элементами тренинга	1		
20.	Искусство переговоров	1		

21.	Социально-эмоциональный интеллект и Soft Skills	1		
22.	Психологические особенности имиджа	1		
23.	“Как управлять людьми”: психология поведения, гуманистическая психология, теория деятельности	1		
24.	Ролевая игра «Нейтрализация негативных эмоций». Упражнение «Я – высказывание»	1		
25.	Искусство навыков XXI века. Успеваем всё: современный тайм-менеджмент.	1		
26.	Реферат по выбранной теме	1		
	<b>Проектирование своей истории успеха</b>			
27.	Психология идентичности: кто Я?	1		
28.	Структура мотивационной сферы человека: потребности, мотивы, цели	1		
29.	Тест «Мои ценности». Тест «Краткая шкала измерения самоактуализации» А. Маслоу	1		
30.	Понятие о способностях. Задатки как природные предпосылки развития способностей.	1		
31.	Занятие с элементами тренинга «Поверь в себя»	1		
32.	Упражнение «Учёт требований профессии». таблицы «Профессиональных запросов»	1		
33.	Перспективные направления развития экономики и связанные с ними специальности	1		
34.	Проектирование профессионального жизненного пути. Написание эссе	1		
	Итого	34		