

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**


**Министерство образования Оренбургской области**

**Управление образованием администрации муниципального  
образования «город Бугуруслан»**

**МБОУ СОШ № 2**

РАССМОТРЕНО

руководитель ШМО



Шептухина Л.В.

Протокол № 1

от «30» 08 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по  
УВР



Можгаева В.В.

Протокол № 1

от «30» 08 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор



Назметдинова Г.М.

Приказ № 130

от «30» 08 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Основы психологии»**

для обучающихся 11 классов

Составитель: Ильина А.В.

**Бугуруслан 2024**

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа имеет социально-гуманитарную направленность и предполагает через систематическое обучение психологии повышение уровня психологической культуры, способствует профессиональной ориентации обучающихся.

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО КУРСА «ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ»**

Преподавание курса психологии представляется актуальной и важной задачей образования, получившего социальный заказ на подготовку подрастающего поколения к жизни в правовом демократическом государстве. Именно личностные, психологические факторы выступают на первый план в работе над этой важной задачей.

Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, понимание интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить свои отношения с окружающими, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом — все это относится к необходимым компонентам личности гражданина демократического общества.

Освоение учебного материала даст обучающимся возможность приблизиться к пониманию феномена человека, уникальности его внутреннего мира и неразрывной связи с миром внешним, другими людьми, нациями, человечеством в целом. Обучающиеся смогут научиться моделировать свое будущее, принимать решения, делать выбор и нести за него ответственность, отстаивать свои права, уважая интересы других людей, что позволит ощущать себя полноправными гражданами общества, активными субъектами деятельности и социальной действительности.

В 11-м классе обучающиеся знакомятся с основными областями применения психологических знаний, получают представление о различных аспектах психологической культуры как части общей культуры и ее роли в повседневной жизни человека.

**ЦЕЛЬ ПРЕПОДАВАНИЯ ПСИХОЛОГИИ** в школе - это овладение каждым школьником

элементарной психологической культурой, которая является частью общей культуры и обеспечивает ему полноправное вступление в самостоятельную жизнь, развитие готовности к полноценному взаимодействию с миром.

Данный учебный курс направлен на решение психолого-педагогических задач, обеспечивающих становление личности ребенка:

- формирование общих представлений о психологии как науке;
- пробуждение интереса к другим людям и самому себе;
- развитие интеллектуальной сферы;
- развитие самосознания, эмоциональной сферы.

## **МЕСТО УЧЕБНОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Изучение основ психологии на уровне среднего общего образования предполагается за счет часов части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, в объеме 34 часов в 11 классе.

## **СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

### **11 КЛАСС**

Примерная программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетными для учебного предмета «Психология» являются:

Приемы элементарной исследовательской деятельности. Выдвижение гипотезы на основе житейских представлений или изученных закономерностей; выбор условий проведения наблюдения или опыта, использование диагностических методик для измерения

психологических особенностей личности; сравнение по выделенным признакам..

Способы работы с естественнонаучной информацией. Поиск необходимой информации в справочных изданиях (в том числе на электронных носителях, в сети Internet); использование дополнительных источников информации при решении учебных задач; работа с текстами естественнонаучного характера (пересказ; выделение в тексте терминов, описаний наблюдений и опытов; составление плана; заполнение предложенных таблиц).

Коммуникативные умения. Подготовка кратких сообщений с использованием естественнонаучной лексики и иллюстративного материала (в том числе компьютерной презентации в поддержку устного выступления); корректное ведение учебного диалога при работе в малой группе сотрудничества.

Способы самоорганизации учебной деятельности. Оценка собственного вклада в деятельность группы сотрудничества; самооценка уровня личных учебных достижений по предложенному образцу.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

### ***Предметные результаты***

1. Знание общественно-исторической обусловленности человеческих способностей.
2. Понимание психологических механизмов развития способностей.
3. Понимание роли общих способностей для достижения успешности в обучении и в жизни.
4. Формирование представления о специальных способностях и их связи с различными видами человеческой деятельности.
5. Формирование представления о том, что роднит понятия «способности», «талант», «гениальность» и что дает основания их различать.

### ***Личностные результаты***

1. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.
2. Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
3. Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.
4. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.
5. Стремление к поиску наиболее эффективных способов учебной деятельности.
6. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.
7. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 11 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов
1	Личность	10
2	Общение	11
3	Межличностные отношения	2
4	Роль эмоций в общении. Управление эмоциями.	6
5	Жизненное самоопределение. Рефлексия	5
Общее количество часов по программе		34

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 11 КЛАСС**

№п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1	Юношеская «Я-концепция». Знаю ли я свой возраст?	1	05.09.2024
2	Личность и ее проявления: понятие о личности.	1	12.09.2024
3	Природа личности и ее формирование.	1	19.09.2024
4	Направленность и способности личности.	1	26.09.2024
5	Потребности, интересы, склонности, способности, задатки.	1	03.10.2024
6	Понятие о темпераменте. Типы темперамента	1	10.10.2024
7	Типы темперамента	1	17.10.2024
8	Понятие о характере. Черты характера.	1	24.10.2024
9	Практикум: «Я и моя самооценка»	1	07.11.2024
10	Практикум: «Акцентуации характера»	1	14.11.2024
11	Психология человеческих отношений.	1	21.11.2024
12	Понятие общения. Виды, структура и уровни общения.	1	28.11.2024
13	Психологические способы воздействия в процессе общения.	1	05.12.2024
14	Вербальные и невербальные средства общения	1	12.12.2024
15	Язык телодвижений.	1	19.12.2024
16	Жесты и их значение.	1	26.12.2024
17	Зоны и территории общения. Грубности в общении.	1	09.01.2025
18	Проблема застенчивости в общении.	1	16.01.2025

19	Конфликт и способы его разрешения.	1	23.01.2025
20	Практикум: «Стратегия моего общения»	1	30.01.2025
21	Практикум: «Коммуникативные игры»	1	03.02.2025
22	Межличностные отношения в малых группах.	1	13.02.2025
23	Социально-психологический портрет коллектива (классификация А.Н.Лутошкина)	1	20.02.2025
24	Виды эмоций: положительные, отрицательные, стенические, астенические.	1	27.02.2025
25	Способы выражения эмоций и чувств	1	06.03.2025
26	Трудные состояния, их типология	1	13.03.2025
27	Психологический стресс: что с ним делать?	1	20.03.2025
28	Основы саморегуляции	1	03.04.2025
29	Мотивы.	1	10.04.2025
30	Мотивация деятельности.	1	17.04.2025
31	Программа развития временной перспективы	1	24.04.2025
32	Временная перспектива будущего.	1	01.05.2025
33	Практикум: «Модель моей будущей жизни»	1	08.05.2025
34	Промежуточная аттестация. Зачет	1	15.05.2025
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

1. Алиева М.А. и др. Я сам строю свою жизнь. – СПб., 2000.
  2. Аргайл М. Психология счастья. – М., 1990.
  3. Берн Э. Игры, в которые играют люди: психология человеческих взаимоотношений. Люди, которые играют в игры: психология человеческой судьбы. – М., 1997.
  4. Бернс Р. Развитие “Я-концепции” и воспитание, 1986.
  5. Бородкин Ф.М., Коряк Н.М. Внимание, конфликт. – Новосибирск, 1983.
  6. Время личности и время жизни / К.А. Абульханова, С.В.Березина. – СПб., 2001.
  7. Горчакова В.Г. Имидж: розыгрыш или код доступа? – М.: Эксмо, 2007.
  8. Грей Д. Женщины с Венеры, мужчины с Марса. – Киев, 2002.
  9. Григорьева Т.Г. Основы конструктивного общения. В 3 частях. – Новосибирск, 1997.
  10. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. – СПб., 2002.
  11. Леонтьев А.А. Психология общения. 1999.
  12. Мэй Р. Любовь и воля. – М., 1997.
  13. Олпорт Г. Зрелая любовь // Становление личности. – М., 2002.
  14. Петровская Л.А. Компетентность в общении. – М., 1989.
  15. Пиз А., Гарнер А. Язык разговора, 2000.
  16. Почепцов Г.Г. Имиджелогия: теория и практика. Киев, 1998.
  17. Формирование личности старшеклассника / Под ред. И.В. Дубровиной. – М., 1989.
- Литература для учителя
1. Преподавание психологии в школе: Учебно-методическое пособие. 3 – 11 классы / Под ред. И.В.Дубровиной. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2003.
  2. Немов Р.С. Психология в 3-х книгах // Москва, 1995, кн.1
  3. Детский психолог // г. Ростов-на-Дону, 1995, №9
  4. Практическая психология образования (ред. И.В.Дубровина) // Москва, 1997
  5. Психология. Учебное пособие (ред. И.В.Дубровина) // Москва, 1