


**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Байкаловская средняя общеобразовательная школа»
Тобольского района Тюменской области**

«Рассмотрено»
на педагогическом совете
«25» августа 2021 г. пр. №7

«Согласовано»
на Управляющем Совете
 Р.А. Бронникова

**Рабочая программа
среднего общего образования
учебного предмета «Основы психологии»
(элективный курс)**

2021 год

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты освоения основной образовательной программы должны отражать:

- 1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
- 2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
- 3) готовность к служению Отечеству, его защите;
- 4) сформированность 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;
- 5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- 6) 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;
- 7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- 8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- 9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- 10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
- 11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- 12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
- 13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- 14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
- 15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы должны отражать:

- 1) 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;

- 2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- 3) 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;
- 4) 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;
- 5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
- 6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;
- 7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;
- 8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;
- 9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

Предметные результаты освоения курса:

К результатам обучения относятся психологические знания (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности), психологические умения (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения), навыки (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой), опыт творческой самодеятельности, овладение культурой психической деятельности, формирование эмоционально-целостного отношения к психологической реальности и действительности в целом.

В результате обучения учащиеся будут иметь представление:

Теоретические вопросы в пределах программы:

- 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 научатся:

- давать 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.

2. Содержание учебного предмета

Предмет психологии. История развития и отрасли психологии (1 час)

Роль психологии как науки. История возникновения психологии. Современные отрасли психологии.

Психические познавательные процессы (7 часов)

Ощущение и восприятие. Пороги ощущений. Апперцепция. Внимание как один из познавательных процессов. Виды, структура, механизмы внимания. Приемы развития внимания. Навыки регуляции произвольного внимания. Роль внимания в жизнедеятельности человека. Память как один из важнейших психических процессов. Виды памяти. Механизмы запоминания, сохранения и забывания информации. Индивидуальные особенности памяти. Приемы мнемотехники. Мышление. Виды мышления. Процессы и операции мышления. Приемы развития логического мышления.

Способности. Интеллект (2 часа)

Способности. Факторы, влияющие на развитие способностей. Интеллект. Когнитивные стили. Теории интеллекта.

Способами измерения интеллекта. Творческие способности. Креативность. Соотношение креативности и интеллекта. Приемы активизации мыслительной деятельности, направленные на развитие креативности и преодоление стереотипности мышления.

Мозг и психика. Межполушарная асимметрия мозга (2 часа)

Строение мозга. Локализация высших психических функций в коре головного мозга. Функции правого и левого полушарий. Специализация полушарий. Влияние межполушарной асимметрии на эмоциональную жизнь человека. «Правополушарное» и «левополушарное» мышление. Нарушения синхронной работы полушарий. Доминирование полушарий («левши» и «правши»). Возрастные и половые особенности межполушарной асимметрии. Активизация правого полушария.

Личность (5 часов)

Индивидуум и личность. Структура личности. Мотивационно-потребностная сфера личности. Цели и ценности. Теории личности. Теория личности Зигмунда Фрейда. Сознательное и бессознательное. Структура личности: Ид, Эго, Суперэго. Энергетическая модель психики по Фрейду. Практическое применение психоанализа. Основные понятия теории Адлера. Комплекс неполноценности и стремление к превосходству. Социальный интерес и стиль жизни. Типы личности по Адлеру. Концепция творческого «Я». Влияние порядка рождения на формирование стиля жизни. Фиктивные цели. Личность и поведение с точки зрения бихевиоризма. Стимул, реакция и обусловливание. Оперантное обусловливание. Социальное научение. Основные принципы гуманистической психологии. Концепция становления. Признание приоритета творческой стороны личности человека. Мотивация. Иерархия потребностей. Главные виды потребностей по А. Маслоу. Самоактуализация.

Темперамент и характер (4 часа)

Психодинамические особенности и темперамент. Проявления темперамента в разных сферах психики. Учение о типах нервной системы. Типы темпераментов. Экстраверсия – интроверсия. Проявление качеств личности в зависимости от темперамента. Особенности трудовой и учебной деятельности в зависимости от типа темперамента. Проявление типов темпераментов в общении. Что такое характер человека?

Связь характера и темперамента. Соотношение характера и личности. Самосознание. «Я-концепция» (2 часа)

Процесс самосознания и «Я-образ». «Я-концепция» и ее составляющие. Когнитивная составляющая «Я-концепции» (самопонимание). Оценочная составляющая «Я-концепции» – самооценка. Особенности поведения людей в зависимости от характера самооценки. Источники формирования самооценки. Поведенческая составляющая «Я-концепции». Самоотношение. Самоуважение. Преимущества высокого уровня самоуважения.

Самоуважение и любовь к себе. Путь к уверенности в себе. Права человека, которые поддерживают уверенность в себе.

Эмоции и чувства (4 часа)

Роль чувств в жизни человека. Формы переживания чувств. Эмоции. Аффекты. Настроение. Чувства. Виды эмоций. Связь эмоций с психическими процессами. Любовь в жизни человека. Разные стороны чувства любви. Выбор «предмета любви». Две модели любви. Характер отношений между любящими людьми. «Разрушители» любви. Признаки насилия в отношениях. Разрыв отношений. Дружба. Что препятствует сохранению дружбы? Особенности юношеской дружбы. Факторы, влияющие на зарождение дружбы и дружеское расположение. Стресс (1 час) Стресс и дистресс. Фазы развития стресса. Влияние стресса на организм человека. Способы реагирования на стресс. Как справиться со стрессом?

Саморегуляция (1 час)

Душевное равновесие. Чувства и их «телесное» выражение. Мышечная релаксация. Аутогенная тренировка. Внутреннее сосредоточение. Визуализация, ресурсные состояния. Психологические особенности развития ребенка (4 часа) Общие вопросы возрастной психологии. Период младенчества. Возраст от 1 до 3 лет – раннее детство. Дошкольное детство – период от 3 до 7 лет. Младший школьный возраст (от 7 до 11 лет). Важность формирования позитивного самоотношения. Принципы позитивного воспитания. Подростковый возраст. Период «бури и натиска». Физиологические изменения организма подростка. Особенности развития личности подростка. Подростковые поведенческие характерологические реакции. Юность – переход от детства к зрелости. Особенности развития личности. Формирование мировоззрения. Моделирование будущего. Техника самопрограммирования. Согласование ценностей и целей. Построение жизненного плана. Итоговое занятие (1 час) Психологический практикум.

3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на изучение каждой темы

10 класс

Тема, количество часов	Формы обучения/ формы организации учащихся	Методы	Приемы	Средства
Предмет психологии. История развития и отрасли психологии (1 час)	Лекция, практикум/ коллективная, групповая, индивидуальная	объяснительно иллюстративный, проблемный, частично поисковый, тестирование	Составление сравнительной таблицы, решение проблемных задач, дискуссия	Схемы, сравнительные таблицы, тест

<p>Психические познавательные процессы. Ощущение и восприятие (2ч). Внимание. Виды внимания (1ч) Память. Виды и типы памяти (2ч) Мышление. Операции мышления (2ч)</p>	<p>Семинар / групповая, индивидуальная</p>	<p>Проблемный, тестирование</p>	<p>Решение проблемных задач, «мозговой штурм»</p>	<p>Схемы, сравнительные таблицы, тест</p>
<p>Способности. Интеллект (2 часа)</p>	<p>Лекция, лабораторная работа/ коллективная, групповая</p>	<p>частично поисковый, тестирование</p>	<p>Диалог, анализ конкретной ситуации (кейс-стади), составление схем, проблемное изложение</p>	<p>Схемы, сравнительные таблицы, тест</p>
<p>Мозг и психика. Межполушарная асимметрия мозга (2 часа)</p>	<p>Практикум / индивидуальная</p>	<p>Проблемный, тестирование</p>	<p>Решение познавательных и проблемных задач</p>	<p>Раздаточный материал для учащихся</p>
<p>Личность. Теории личности (2ч) Факторы развития личности (1ч) Пирамида потребностей (2ч)</p>	<p>Лекция/ коллективная</p>	<p>объяснительно иллюстративный, проблемный, тестирование</p>	<p>Проблемное изложение, эвристическая беседа</p>	<p>Схемы, сравнительные таблицы, тест</p>
<p>Темперамент и характер (4 часа)</p>	<p>Лекция, игра/коллективная, групповая, индивидуальная</p>	<p>объяснительно иллюстративный, проблемный, тренинг</p>	<p>Проблемное изложение, организационно мыслительная игра</p>	<p>Тексты для проведения игры, схема, таблица</p>

Самосознание «Я-концепция» (2 часа)	Лекция, дискуссия /групповая, индивидуаль ная	имитационно ролевой, тренинг	анализ конкретной ситуации (кейсстади), моделирование	Тексты описанием конкретных ситуаций	с
Эмоции и чувства (4 часа)	Лекция/коллек тивная, индивидуаль ная	объяснительно иллюстративн ый, тестирование	лекция	Схемы, сравнительные таблицы, тест	
Стресс (1 час)	Практикум, дискуссия/кол лективная, групповая, индивидуаль ная	проблемный, частично поисковый, тренинг	Решение проблемных задач, сообщение учащихся, анализ схем, составление таблицы, полемика	Презентация, тексты, раздаточный материал	
Саморегуляци я (1 час)	Лекция, практикум/кол лективная, индивидуаль ная	объяснительно иллюстративн ый, тренинг	Проблемное изложение, решение познавательных и проблемных задач	Схемы, сравнительные таблицы, тест	
Психологиче ские особенности развития ребенка (4 часа)	лекция /групповая	частично поисковый, тестирование	Проблемное изложение, «снежный ком»,	Схемы, сравнительные таблицы, тест	
Итоговое занятие (1 час)	Контрольное занятие/ индивидуаль ное	проблемный, частично поисковый	Тестирование	Контрольно измерительные материалы	–