

Комитет общего и профессионального образования Ленинградской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2 г. Никольское»
Тосненский муниципальный район

РАССМОТРЕНО
методическим объединением
учителей общественно-научных дисциплин

_____ Ким Е.С.

Протокол №1
От «30» 08 2022 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместителем директора по УВР

_____ Ким Е.С.

«30» 08 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
«Основы психологии»

для 10-11 классов
среднего общего образования

Составитель:
методическое объединение учителей
общественно-научных дисциплин

г. Никольское

2022-2023 уч. год

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

«ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ»

10 КЛАСС (34 часа)

Психология как наука о человеке: Понятие "психология". Предмет психологии, ее задачи и методы. История развития психологии. Отрасли психологии. (3 ч.)

Юность пора самоопределения: Возрастные периоды развития. Роль наследственности, среды и воспитания в развитии. Юношество. Возрастные особенности старшеклассника. Психологическая готовность к самоопределению. Ценностные ориентации. (4 ч.)

Познавательные процессы, способности: Внимание. Память. Мышление. Обобщающий по темам "Внимание, память, мышление". Способности. Интеллект. Творческие способности. Креативность. Мозг и психика. Межполушарная асимметрия мозга. Обобщающий по теме "Познавательные процессы, способности". (8 ч.)

Саморегуляция: Стресс. Саморегуляция. Профилактика аддиктивного поведения. Позитивное мышление. Обобщающий по теме "Саморегуляция". (5 ч.)

Личность: Личность. Теория личности (З.Фрейд, А.Адлер, Бихевиоризм). Гуманистическая теория личности (А. Маслоу). Темперамент. Характер. Самосознание. Самоотношение. Эмоции и чувства. Любовь. Экология любви. Дружба. Феномен дружбы. (8 ч.)

Психология общения: Общение. Структура и средства общения. Невербальные средства общения.

Речевые средства общения. Стили общения. Виды общения. Этикет. Барьеры в общении. Приемы расположения к себе. Обобщающий по теме "Психология общения". (6 ч.)

11 КЛАСС (34 часа)

Человек как член сообщества: Человек, коллектив, общество. Социальный и эмоциональный интеллект. Как вести за собой? (2 ч.)

Психология малых групп и коллективов. Коллектив и личность. Лидерство. Социально- психологические особенности взаимодействия людей в малой группе. Конформизм. Развитие навыков уверенного отказа. Итоговая работа по разделу «Психология малых групп и коллективов». (5 ч.)

Универсальные компетенции для жизни и учебы: Искусство навыков XXI века. Современный тайм-менеджмент. Навыки самопрезентации. Искусство переговоров. Итоговая работа по разделу "Универсальные компетенции для жизни и учебы". (5 ч.)

Деловое общение: Деловая беседа. Психологические особенности публичного выступления. Практическая работа: практический тренинг. (3 ч.)

Проектирование своей истории успеха: Психология идентичности: кто Я? Мой карьерный путь. Папка достижений. Как стать успешным. Подготовка портфолио. Практическая работа: творческое задание.

Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними. «VUCA-мир» как метафора современной жизни. Виртуальная реальность – продукт культурного развития человека. Ценности цифровой эпохи. «Цифровой разрыв» между родителями и детьми. Проблема межпоколенческих отношений. «Цифровой образ жизни» современного подростка.

Цифровые аборигены»: мифы и реальность. Безопасность как потребность человека. Риски, угрозы и опасности онлайн-среды и совладание с ними. Практическая работа: дискуссия. (7ч.)

Психология в жизни каждого из нас. Житейская и профессиональная психология.

Место психологии в системе наук. Как психология помогает понять человека. Психологическая помощь в экстремальных ситуациях. Практическая работа: тренинг. (4 ч.)

Юность пора самоопределения. Моделирование будущего. Цели и задачи. Стратегия выбора профессии. Построение личной профессиональной перспективы (методика ЛПП). Профессиональный тип личности (методика Голланда). (3 ч.).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения дисциплины «Основы психологии»

Учащиеся будут знать:

- характеристику психологии как науки;
- ключевые термины и понятия, характерные для психологии, изучаемые в рамках данного курса;
- методы психологического исследования;
- знать основные направления, подходы, теории в психологии и современные тенденции развития психологических концепций;
- иметь представление об индивидуальных особенностях человека, эмоционально-волевой регуляции его поведения, мотивационной сфере, самосознании, познавательных процессах и личностном росте в целом;
- об особенностях сознания как высшей формы психической жизни;
- о способностях человека, их природе, о стратегиях личностного развития, успешного образовательного и социального взаимодействия.

Учащиеся должны уметь:

- проектировать стратегию собственного профессионального и личностного развития;
- диагностировать различные психологические признаки и правильно обрабатывать, интерпретировать полученные результаты;
- анализировать собственный личностный рост;
- давать рефлексивную оценку собственному поведению;
- научно обосновывать собственную позицию при анализе психологических фактов;
- различать психологические и непсихологические тексты, критически работать с литературой;
- вести научную дискуссию;
- использовать понятийный аппарат психологии;
- работать в команде для совместного решения поставленных задач, в том числе проектно-исследовательских;
- самостоятельно работать с информацией;
- применять психологические методы (эксперимент, наблюдение, беседа, анализ продуктов деятельности, некоторые тесты) и интерпретировать результаты в исследовательских целях;
- отстаивать свои права, уважая интересы других людей.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 класс (34 часа)

№ п/п	Раздел	Кол-во часов
1	Психология как наука о человеке.	3
2	Юность пора самоопределения.	4
3	Познавательные процессы, способности.	8
4	Саморегуляция.	5
5	Личность.	8
6	Психология общения.	6
Итого:		34 часа

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 класс (34 часа)

№ п/п	Тема урока	Кол - во часов	Форма проведения	Дата	Деятельность учителя в соответствии с рабочей программой воспитания
Психология как наука о человеке. 3 ч					
1	Понятие "психология". Предмет психологии, ее задачи и методы.	1	Урок- лекция	05.09	•установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;
2	История развития психологии	1	Урок- лекция	12.09	
3	Отрасли психологии	1	Урок- лекция	19.09	
Юность пора самоопределения. 4 ч					
4	Возрастные периоды развития. Роль наследственности, среды и воспитания в развитии.	1	Урок- лекция	26.09	•побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
5	Юношество. Возрастные особенности старшеклассника.	1	Урок- лекция	03.10	
6	Психологическая готовность к самоопределению.	1	Урок- лекция	10.10	

7	Ценностные ориентации.	1	Практическая работа	17.10	
Познавательные процессы, способности. 8 ч					
8	Внимание.	1	Урок- лекция	24.10	<ul style="list-style-type: none"> •использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
9	Память.	1	Урок- лекция	07.11	
10	Мышление.	1	Урок- лекция	14.11	
11	Обобщающий по темам "Внимание, память, мышление".	1	Практическая работа	21.11	
12	Способности. Интеллект.	1	Урок- лекция	28.11	
13	Творческие способности. Креативность.	1	Урок- лекция	05.12	
14	Мозг и психика. Межполушарная асимметрия мозга.	1	Урок- лекция	12.12	
15	Обобщающий по теме "Познавательные процессы, способности"	1	Практическая работа	19.12	
Саморегуляция. 5 ч					
16	Стресс.	1	Урок- лекция	26.12	<ul style="list-style-type: none"> •применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в
17	Саморегуляция.	1	Урок- лекция	09.01	
18	Профилактика аддиктивного поведения.	1	Урок- лекция	16.01	
19	Позитивное мышление	1	Урок- лекция	23.01	
20	Обобщающий по теме "Саморегуляция"	1	Практическая работа	30.01	

					парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;
Личность. 8 ч					
21	Личность. Теория личности (З.Фрейд, А.Адлер, Бихевиоризм)	1	Урок- лекция	06.02	<ul style="list-style-type: none"> •включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока; •организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
22	Гуманистическая теория личности (А. Маслоу)	1	Урок- лекция	13.02	
23	Темперамент.	1	Урок- лекция	20.02	
24	Характер.	1	Урок- лекция	27.02	
25	Самосознание. Самоотношение.	1	Урок- лекция	06.03	
26	Эмоции и чувства.	1	Практическая работа	13.03	
27	Любовь. Экология любви.	1	Урок- лекция	20.03	
28	Дружба. Феномен дружбы.	1	Урок- лекция	03.04	
Психология общения. 6 ч					
29	Общение. Структура и средства общения.	1	Урок- лекция	10.04	<ul style="list-style-type: none"> •инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст
30	Невербальные средства общения.	1	Урок- лекция	17.04	
31	Речевые средства общения.	1	Урок- лекция	24.04	

32	Стили общения. Виды общения. Этикет.	1	Урок- лекция	15.05	школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.
33	Барьеры в общении. Приемы расположения к себе.	1	Урок- лекция	22.05	
34	Обобщающий по теме "Психология общения"	1	Практическая работа	29.05	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

11 класс (34 часа)

№ п/п	Раздел	Кол-во часов
1	Человек как член сообщества.	2
2	Психология малых групп и коллективов.	5
3	Универсальные компетенции для жизни и учебы	5
4	Деловое общение	3
5	Проектирование своей истории успеха	5
6	Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними.	7
7	Психология в жизни каждого из нас.	4
8	Юность пора самоопределения	3
Итого:		34 часа

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

11 класс (34 часа)

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Форма проведения	Дата	Деятельность учителя в соответствии с рабочей программой воспитания
Человек как член сообщества. 2 ч.					
1	Человек, коллектив, общество.	1	Урок- лекция	07.09	<ul style="list-style-type: none"> •установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;
2	Социальный и эмоциональный интеллект. Как вести за собой?	1	Урок- лекция	14.09	
Психология малых групп и коллективов. 5 ч.					
3	Коллектив и личность.	1	Урок- лекция	21.09	<ul style="list-style-type: none"> •побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками
4	Лидерство.	1	Урок- лекция	28.09	
5	Социально-психологические особенности взаимодействия людей в малой	1	Урок- лекция	05.10	

	группе. Комформизм.				(школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
6	Развитие навыков уверенного отказа.	1	Урок- лекция	12.10	
7	Итоговая работа по разделу «Психология малых групп и коллективов».	1	Практическая работа	19.10	
Универсальные компетенции для жизни и учебы. 5 ч.					
8	Искусство навыков XXI века.	1	Урок- лекция	26.10	•привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
9	Современный тайм- менеджмент.	1	Урок- лекция	09.11	
10	Навыки самопрезентации.	1	Урок- лекция	16.11	
11	Искусство переговоров.	1	Урок- лекция	23.11	
12	Итоговая работа по разделу "Универсальные компетенции для жизни и учебы".	1	Практическая работа	30.11	
Деловое общение. 3 ч.					
13	Деловая беседа.	1	Урок- лекция	07.12	•использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через
14	Психологические особенности публичного выступления.	1	Урок- лекция	14.12	

					демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
15	Практическая работа: практический тренинг.	1	Практическая работа	21.12	
Проектирование своей истории успеха. 5 ч.					
16	Психология идентичности: кто я?	1	Урок- лекция	11.01	•применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию
17	Мой карьерный путь. Папка достижений.	1	Урок- лекция	18.01	
18	Как стать успешным.	1	Урок- лекция	25.01	
19	Подготовка портфолио.	1	Практическая работа	01.02	
20	Практическая работа: творческое задание.	1	Практическая работа	08.02	

					с другими детьми;
Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними. 7 ч.					
21	«VUCA-мир» как метафора современной жизни. Виртуальная реальность – продукт культурного развития человека.	1	Урок- лекция	15.02	<ul style="list-style-type: none"> •включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока; •организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
22	Ценности цифровой эпохи.	1	Урок- лекция	22.02	
23	«Цифровой разрыв» между родителями и детьми. Проблема межпоколенческих отношений.	1	Урок- лекция	01.03	
24	«Цифровой образ жизни» современного подростка.	1	Урок- лекция	15.03	
25	Цифровые аборигены»: мифы и реальность.	1	Урок- лекция	22.03	
26	Безопасность как потребность человека. Риски, угрозы и опасности онлайн-среды и совладание с ними.	1	Урок- лекция	05.04	
27	Практическая работа: дискуссия.	1	Практическая работа	12.04	
Психология в жизни каждого из нас. 4 ч.					
28	Житейская и профессиональная психология.	1	Урок- лекция	19.04	•инициирование и поддержка

					исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.
29	Место психологии в системе наук.	1	Урок- лекция	26.04	
30	Как психология помогает понять человека. Психологическая помощь в экстремальных ситуациях	1	Урок- лекция	03.05	
31	Практическая работа: тренинг.	1	Практическая работа	10.05	
Юность пора самоопределения. 3 ч.					
32	Моделирование будущего. Цели и задачи.	1	Урок- лекция	17.05	
33-34	Стратегия выбора профессии. Построение личной профессиональной перспективы (методика ЛПП)	1	Урок- лекция	24.05	

	Профессиональный тип личности (методика Голланда)	1	Практическая работа	