

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 8 ГОРОДСКОГО ОКРУГА
СНЕЖНОЕ» ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

РАССМОТРЕНО на заседании педсовета Протокол от «_30_» августа 2024г. № 14	СОГЛАСОВАНО зам. директора по УВР Н.В. Круглая «_30_» августа 2024 г.	УТВЕРЖДАЮ Директор ГБОУ «СШ № 8 Г.О.СНЕЖНОЕ» О.В. «_30_» августа 2024 г.
---	--	--



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Психология для старшеклассников»
для обучающихся 11-Б класса

Рабочую программу составила
Корепова Галина Алексеевна
педагог-психолог

Снежное
2024

Пояснительная записка.

Рабочая программа элективного курса (по выбору) «Психология для старшеклассников» составлена на основе программы учебного курса по психологии для 10-11 класса (под ред. И.В. Дубровиной, 2003) и Пономаренко Л.П., Белоусовой Р.В. Основы психологии для старшеклассников (Пособие для педагога: В 2 ч. – М.: Гуманитарный Изд. Центр ВЛАДОС, 2001. – Ч.1. Основы психологии: 10 -11 класс).

Программа рассчитана на 2 года обучения (10 - 11 классы, 34 часа ежегодно). Курс психологии рассчитан на подростков 15 – 17 лет, соответственно, программа строится с учетом возрастных интересов девушек и юношей.

• Общая характеристика курса

Преподавание психологии предполагает сотрудничество старшеклассников с педагогом-психологом в пространстве проблем самосознания, личностной самореализации и саморегуляции, интеллектуальной и личностной рефлексии. Именно в этот период осознанно формируются нравственные ценности, жизненные перспективы, происходит осознание самого себя, своих возможностей, способностей, интересов, стремления ощущать себя и стать взрослым, тяга к общению со сверстниками, внутри которого оформляются общие взгляды на жизнь, на отношения между людьми, на свое будущее, формируются личностные смыслы жизни.

Программа отражает вполне самостоятельную, завершенную систему психологических знаний, достаточную для получения элементарного психологического образования, которое после общеобразовательной школы может быть продолжено в других учебных заведениях.

Преподавание психологии в школе дает возможность на соответствующих возрастных этапах становления личности способствовать развитию индивида как субъекта психологической активности, способного брать на себя ответственность, самостоятельно ставить перед собой цели и находить пути их достижения, адаптироваться к жизни в сложных современных условиях.

Цели преподавания психологии:

- Развитие готовности ребенка к полноценному взаимодействию с миром природы, миром людей и миром культуры.

- Повышение компетентностей учащихся (личностных, социальных, коммуникативных).

Цель реализуется через решение психолого-педагогических *задач*, обеспечивающих становление личности ребенка:

- формирование общих представлений учащихся о психологии как науке;
- оказание им помощи в открытии внутреннего мира человека, пробуждение интереса к другим людям и к самому себе;
- развитие интеллектуальной сферы (общих и специальных способностей, познавательной направленности и пр.);
- развитие самосознания (чувства собственного достоинства, адекватной самооценки);
- раскрытие сущности личностной направленности (потребностей, желаний, целей, смыслов, идеалов, ценностных ориентаций);
- развитие эмоциональной сферы (чувств, переживаний, настроений и пр.), понимания чувств и переживаний других людей;
- обнаружение и преодоление негативных проявлений в привычках и манерах поведения учащихся.

В реализации основных целей и задач данного учебного курса важнейшую роль играют вопросы методики преподавания. Главным аспектом изложения учебного материала являются нацеленность на личность ученика 10-11 классах, с ее потребностями и интересами, индивидуально-психологическими и возрастными особенностями.

Объектом учебной деятельности при изучении факультатива «Основы психологии» в школе является психологическая реальность. **Предметом** учебной деятельности является овладение различными способами действия с психологической реальностью: размышления, анализ, сравнение и обобщение, овладение психологическими понятиями; решение психологических задач; способы изучения, осмысления, изменения, создания, конструирования психологической реальности; генерирование образа этой реальности и своих представлений о ней.

Обучение основано на использовании традиционных принципов дидактики: принцип воспитывающего обучения, научности, наглядности, сознательности и активности, систематичности, прочности, доступности. Индивидуальный подход, учет возрастных

возможностей для преподавания психологии в подростковой аудитории имеют исключительное значение.

В преподавании курса психологии применяются известные в мировой педагогической и психологической практике **методы обучения**: *словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, методы экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др.*

Преподавание психологии предусматривает теоретическую подготовку, а также ориентировано на обращение к тем проблемам (в недирективной форме), которые важны для девушек и юношей в силу возрастных особенностей развития.

Приоритетные **принципы** отбора и структурирования материала:

- гуманизация образования
- интеграция предметов
- дифференциация и индивидуализация обучения
- природосообразность материала
- доступность образования
- логичность и системность изложения материала
- полнота и завершенность содержательных линий.

Урок психологии подчиняется, с одной стороны, общим дидактическим законам ведения урока, с другой стороны, имеет свои специфические особенности в содержательных акцентах и способах проведения:

- Учащиеся на уроке познают не только психологию человека вообще, но имеют возможность познавать себя, закономерности, механизмы, сущность и условия развития личности.
- Еженедельные уроки психологии позволяют учащимся сориентироваться в особенностях “психологического” взаимодействия, его целях и результатах.
- Большинство заданий носят предельно обобщенный характер, являясь, по сути, лишь алгоритмом, который каждый учащийся наполняет волнующим его содержанием, поскольку специфика жанра урока и школьного класса не позволяют открыто работать с теми или иными затруднениями отдельных обучающихся.

Курс «Основы психологии» имеет **теоретико-прикладную направленность**, то есть в каждой теме предусматривается психологический практикум, в котором старшеклассникам предлагаются: психотехнические игры и упражнения, игры-коммуникации, анализ конфликтных ситуаций, рефлексивные упражнения. Занятия содержат следующие элементы:

- Ведется индивидуальная работа в тетради, которые хранятся у старшеклассников, что снижает вероятность нарушения конфиденциальности записей в тетради. Это обеспечивает детям определенную степень психологической безопасности.
- Работы в тетради проверяются и оцениваются: записывается мнение, реплика, риторический вопрос, размышление психолога как индивидуальная обратная связь.
- Работа на занятиях проходит за партами, но при изучении отдельных тем, где требуется проведение мастерской или работа в режиме мини-тренинга, работа проводится в круге.
- В структуре урока выделяются смысловые блоки, традиционные для групповой психологической работы с детьми юношеского возраста:
- Объявление темы занятий, за которым следует мотивирующее упражнение и / или обсуждение, благодаря которому учащиеся получают возможность обратиться к личному опыту, связанному с заявленной проблемой.
- Работа по теме занятия. Основное содержание занятия представляет собой теоретическую часть и совокупность психотехнических упражнений и приемов, которые подбираются в соответствии с задачами, сформулированными для работы над каждой темой. Самое главное в их использовании – это помочь подросткам найти психологический подтекст упражнения.
- Подведение итогов занятия – предполагает формулирование основных результатов, достигнутых на уроке. Этот этап проходит в форме открытого обсуждения или в форме письменной работы в тетради.

Курс состоит из лекционных (теоретических), экспериментально-диагностических и практических (тренинговых) занятий. На лекционных занятиях раскрывается основной теоретический материал. Экспериментально-диагностические занятия предназначаются для демонстрации психологических явлений, предварительного знакомства с полезными на практике

психологическими методиками. Практические занятия включают психодиагностику, освоение элементарных методов практического воздействия.

Занятия содержат игровые элементы. Ведется индивидуальная работа в тетради, которые после уроков сдаются и хранятся у педагога-психолога, что снижает вероятность нарушения конфиденциальности записей в тетради. Это обеспечивает детям определенную степень психологической безопасности. Работы в тетради проверяются и оцениваются: записывается мнение, реплика, риторический вопрос, размышление психолога как индивидуальная обратная связь.

Работа на занятиях проходит за партами, но при изучении отдельных тем, где требуется проведение мастерской или работа в режиме мини-тренинга, работа проводится в круге. В структуре занятия выделяются смысловые блоки, традиционные для групповой психологической работы с детьми подросткового и юношеского возраста: *Ритуал приветствия* (придумывается группой на первом занятии в каждом учебном году). Целью проведения ритуала приветствия является настрой на работу, сплочение группы, создание группового доверия. *Объявление темы* занятий, за которым следует *мотивирующее упражнение* и / или обсуждение, благодаря которому учащиеся получают возможность обратиться к личному опыту, связанному с заявленной проблемой. *Работа по теме занятия*. Основное содержание занятия представляет собой теоретическую часть и совокупность психотехнических упражнений и приемов, которые подбираются в соответствии с задачами, сформулированными для работы над каждой темой. Самое главное в их использовании – это помочь подросткам найти психологический подтекст упражнения. *Подведение итогов занятия* – предполагает формулирование основных результатов, достигнутых на уроке. Этот этап проходит в форме открытого обсуждения или в форме письменной работы в тетради. *Ритуал завершения занятия* (см. ритуал приветствия).

2. Механизм оценивания результатов:

1. Владение фактами:

- установление причин фактов
- установление взаимосвязей между фактами
- отличие основных фактов и фактов второстепенных

2. Владение проблематикой:

- формулирование проблем по теме
- умение отыскать возможные пути решения проблемы

3. Владение понятиями:

- раскрытие содержания понятий
- установление взаимосвязей между понятиями
- практическое применение понятий

4. Владение правилами и приемами:

- формулирование правил, требований, приемов
- раскрытие содержания правил, требований, приемов
- характеристика действий, связанных с применением правил, требований, приемов

5. Проверка навыков:

- моделирование ситуаций, связанных с практическим выполнением действий, составляющих конкретное умение
 - выполнение комплекса действий, составляющих определенное умение
 - самоанализ результатов выполнения подобных действий

3. Содержание курса «Психология для старшеклассников»

11 класс.

Общение. Структура и средства общения .(4 часа)

Цели курса. Общение и его стороны. Средства общения. Основные каналы общения. Невербальное общение. Позы и жесты. Походка. Межличностное пространство. Роль невербальных средств в передаче информации. Жесты. Мимика. Интонация. Темп и громкость речи. Форма изложения.

Позиции в общении (4 часа)

Различные состояния «Я». Эго-состояние «Родитель». Эго-состояние «Ребенок». Схема Томаса А. Харриса. Стили общения. Виды общения. Этикет

Что такое манипулирование? Причины манипулирования. Типы манипулятивных систем. Трюки манипулятора. Манипулятивные способы поведения в конфликте.

Механизмы межличностного восприятия.(2 часа)

Роль первого впечатления. «Эффект ореола». Ошибка превосходства. Ошибки привлекательности. Фактор отношения к вам. Каузальная атрибуция. Установка.

Психологические защиты (2 часа)

Психологическая защита. Вытеснение. Проекция. Замещение. Отрицание. Рационализация. Сублимация.

Конструктивное общение.(4 часа)

Что мешает полноценному общению? Наиболее распространенные барьеры в общении. Стереотипизация. Препятствия, мешающие нормальным взаимоотношениям. Саботажники общения. Способы снижения эмоциональной напряженности. Управление своими эмоциями и чувствами. Конструктивное выражение негативных чувств. Процесс слушания. Задачи, решаемые в процессе слушания. Виды слушания. Правила эмпатического слушания.

Приемы расположение к себе. Самопрезентация.(4 часа)

Знаки внимания. Compliments. Как правильно делать комплименты. Похвала и поддержка. Самопрезентация. Фактор превосходства. Самоподача привлекательности и демонстрация отношения.

Конфликт. Стили разрешения конфликтов (2 часа)

Конфликт. Основные стили разрешения конфликтов. Динамика конфликта. Конструктивное разрешение конфликтов. Принципы управления конфликтом. Контроль эмоций.

Психологические аспекты семейных отношений.(4 часа)

Различия между браком и периодом ухаживания. Факторы, влияющие на стабильность брака. Роль сексуальных отношений в стабильности семьи. Общение в семье: конфликты и их преодоление. Значение гармоничных отношений в браке. Функции семьи. Детско-родительские отношения. Типы негармоничного воспитания. Роль интимных отношений в жизни человека. Норма и патология. Искусственное прерывание беременности. Болезни, передающиеся половым путем.

Коллектив и личность. (3 часа)

Роль процесса социализации в развитии личности. Виды групп. Коллектив. Этапы формирования коллектива. Распределение ролей в коллективе.

Кто может стать лидером? Психологические качества лидера. Типы лидеров. Стили управления. Социально-психологические особенности взаимодействия людей в малой группе. Групповые нормы. Конформизм. Эксперимент С. Аша. Факторы, влияющие на уровень конформности. Развитие навыков уверенного отказа. Почему не всегда удается сказать «нет»? Право на отказ. Приемы противостояния давлению.

Профессиональное самоопределение.(3 часа)

Общая готовность к самоопределению. Проблема выбора профессии. Выявление профессиональных интересов и склонностей.

Выбор профессии. Классификация профессий. Типология личности Голланда. Условия выбора профессии. Возможные затруднения при выборе профессии. Профессионально важные качества профессий. Процесс принятия решения. Сдача проектов «В поисках своего призвания».

Защита реферативных работ.

4. Требования к усвоению содержания курса

Учащийся должен:

- **знать:** основные понятия психологической науки, место и роль психологии в системе наук, ориентироваться в психологической информации;
- **овладеть:** способами сбора фактического материала /лангитюдным, сравнительным, комплексным/; методом наблюдения; методом эксперимента; методами опроса /беседаю, анкетированием, интервью/; методом теста; методом экспертных оценок; методами изучения продуктов деятельности; методами самонаблюдения; методами статистической обработки результатов; проективными методиками; умениями анализировать музыкальные и художественные произведения, находить ответы на сложные /проблемные/ психологические вопросы, находить оптимальный выход из конфликтных ситуаций; умением создавать

психологический портрет личности и многими другими психологическими навыками и умениями;

- **уметь:** применить теоретические знания для решения практических задач, эффективных способов межличностных коммуникаций.
- индивидуальная адаптация учащегося в учебном процессе, максимальная активизация познавательной, поисковой и проектно - исследовательской деятельности, самостоятельности мышления, проявление инициативности и максимальной реализации способностей,
- формирование умений учащихся высказывать собственное мнение, творчески овладевать знаниями, умениями и навыками,
- формирование собственной личностной позиции.

Тематическое планирование «Психология для старшеклассников» 11 класс

№ п/п	Тема	Количество часов
	Общение. Структура и средства общения	4
1	Цели курса. Общение и его стороны. Средства общения. Основные каналы общения. Методика изучения мотивации учения подростков (М.И. Лукьянова, Н.В. Калинина)	
2	Общение. Позы и жесты. Походка. Межличностное пространство.	
3	Роль невербальных средств в передаче информации.	
4	Жесты. Мимика. Интонация. Темп и громкость речи. Форма изложения.	

	Диагностика	1
5	«Методика самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейн» Тест школьной тревожности Филлипаса	
	Позиции в общении	5
6	Различные состояния «Я». Эго-состояние «Родитель». Эго-состояние «Ребенок». Схема Томаса А. Харриса.	
7	Стили общения. Виды общения. Этикет	
8	Что такое манипулирование? Причины манипулирования.	
9	Типы манипулятивных систем. Трюки манипулятора.	
10	Манипулятивные способы поведения в конфликте. Что мешает открытому общению?	
	Механизмы межличностного восприятия.	2
11	Роль первого впечатления. «Эффект ореола». Ошибка превосходства. Ошибки привлекательности.	
12	Фактор отношения к вам. Каузальная атрибуция. Установка.	
	Психологические защиты	3
13	Психологическая защита.	
14	Психологическая защита. Вытеснение. Проекция. Замещение.	
15	Психологическая защита. Отрицание. Рационализация. Сублимация.	
	Конструктивное общение	3
16	Что мешает полноценному общению? Наиболее распространенные барьеры в общении. Стереотипизация. Препятствия, мешающие нормальным взаимоотношениям.	
17	Саботажники общения. Способы снижения эмоциональной напряженности. Управление своими эмоциями и чувствами. Конструктивное выражение негативных чувств.	
18	Процесс слушания. Задачи, решаемые в процессе слушания. Виды слушания. Правила эмпатического слушания.	
	Приемы расположение к себе. Самопрезентация	2
19	Знаки внимания. Compliments. Как правильно делать комплименты. Похвала и поддержка.	
20	Самопрезентация. Фактор превосходства. Самоподача привлекательности и демонстрация отношения.	
	Конфликт. Стили разрешения конфликтов	2
21	Конфликт. Основные стили разрешения конфликтов. Динамика конфликта.	
22	Конструктивное разрешение конфликтов. Принципы управления конфликтом. Контроль эмоций.	
	Психологические аспекты семейных отношений.	4
23	Различия между браком и периодом ухаживания. Факторы, влияющие на стабильность брака.	

24	Общение в семье: конфликты и их преодоление. Значение гармоничных отношений в браке. Функции семьи.	
25	Детско-родительские отношения.	
26	Детско-родительские отношения. Типы негармоничного воспитания.	
	Коллектив и личность.	3
27	Роль процесса социализации в развитии личности. Виды групп. Коллектив. Этапы формирования коллектива. Распределение ролей в коллективе.	
28	Кто может стать лидером? Психологические качества лидера. Типы лидеров. Стили управления.	
29	Социально-психологические особенности взаимодействия людей в малой группе.	
	Диагностика	1
30	Методика диагностики сформированности УУД Л.И.Тимонина	
	Профессиональное самоопределение.	4
31	Общая готовность к самоопределению. Проблема выбора профессии. Выявление профессиональных интересов и склонностей.	
32	Выбор профессии. Классификация профессий. Типология личности Голланда. Условия выбора профессии.	
33	Возможные затруднения при выборе профессии.	
34	Профессионально важные качества профессий. Процесс принятия решения.	

Учебно-методическое обеспечение элективного курса (по выбору) «Психология для старшеклассников»

1. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитания. - М., 1986
2. Гамезо М.В. Атлас по психологии» М.: Педагогическое общество России, 2006.
3. Горянина В.А. Психология общения. - М., 2002.
4. Гришина Н. В. Психология конфликта. - М., 2002.
5. Зуева Ф.А. «Основы профессионального самоопределения. Предпрофильная подготовка. – Челябинск: Взгляд, 2008 10
6. Крысько В.Г. Социальная психология: словарь - справочник. – Мн.: Харвест, М.: АСТ, 2007.
7. Курс практической психологии/ Р.Р.Кашапов. – Ижевск.: Изд-во Удм.ун-та,2007.
8. Платонов К. «Занимательная психология». – СПб.: Издательство «Питер», 2003.
9. Платонов К. Краткий психологический словарь, М.: АСТ, 2005.
10. Реан А.А., Гатанов Ю.Б., Баранов А.А. «Психология 8-11 класс. Учебник». – СПб.: Издательство «Питер», 2007.
11. Столяренко Л.Д. «Психология: 100 экзаменационных ответов. – М.: ИКЦ «Март», 2010.
12. Тертель А.Л. Психология в вопросах и ответах: Учебное пособие / А.Л.Тертель М.: Проспект, 2005.
13. Филатова Е. «Соционика для Вас». – СПб.: Издательство «Питер», 2008.
14. Я познаю мир: Детская энциклопедия: Психология. – М.: «Издательство АСТ», 2006.