

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Новгородской области

Комитет образования Администрации Чудовского муниципального района

МАОУ «Гимназия «Логос»

РАССМОТРЕНО

Педагогическим советом

Председатель Дынькова Л.В.

Протокол №9 от «22» 06. 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора

от 22.06.2022 № 235

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

элективного курса

«Психология»

(10 класс)

Чудово

2022

Пояснительная записка

Рабочая программа курса по выбору «Психология» для учащихся 10 классов составлена в полном соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом общего образования, требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования.

Программа рассчитана на 2 года обучения.

Приоритетным направлением образования в условиях модернизации является развитие личности, готовой к продуктивному взаимодействию с окружающим миром, к самообразованию и саморазвитию, а также готовой нести личную ответственность за принятое решение. Кроме того, стремительно развивающаяся информационная среда с каждым днем усиливает влияние на содержание образовательных программ и сам процесс обучения. В этих условиях остро встанут вопросы повышения эффективности усвоения учащимися большого потока знаний, адаптации организма к повышающимся стрессовым нагрузкам. В целом, возрастает значимость сохранения здоровья учащихся, в том числе и психологического, как необходимого условия активной жизнедеятельности.

Старший школьный возраст (10-11 классы) – это тот уникальный сензитивный период, в котором наиболее эффективно происходит обучение основным поведенческим стратегиям, приводящим впоследствии к успешной самореализации, наиболее полному раскрытию интеллектуального и творческого потенциала личности.

Курс «Психология» направлен на повышение психологической информированности, ориентирование учащихся в психологической науке, а также на развитие у старшеклассников навыков эффективного общения, приобретение умений адекватного и равноправного взаимодействия, способности к предотвращению и разрешению межличностных конфликтов.

Теоретические знания и практические умения в области психологии позволят старшеклассникам выбрать правильную тактику взаимодействия со сверстниками, родителями, педагогами, а также помогут в реализации своего личностного потенциала склонностей и способностей.

В программе курса «Психология» особое внимание уделяется активным формам работы. Психотехнические игры, элементы психологического тренинга, разыгрывание ситуаций и ролевые игры позволят учащимся получить «обратную связь», сформировать навыки анализа интересов, чувств, мотивов партнера по общению и самоанализа, конструктивного ведения диалога.

Цель курса: повышение уровня психологической компетентности старшеклассников в коммуникативной сфере, обеспечение их личностного развития.

Задачи курса:

1. Формировать у учащихся практические навыки общения, самопознания, саморазвития.
2. Формировать устойчивый навык конструктивного общения.
3. Развивать социальную компетентность.
4. Познакомить с условиями и приемами эффективного ведения деловой беседы.
5. Формировать ценностное отношение к собственному психологическому здоровью и толерантное отношение к окружающим.

Количество часов в неделю - в 10 классе -1 час.

Курс рассчитан на 1 год - 34 часа.

Формы и методы обучения.

Методы ведения **занятий** выбирались исходя из их выраженной практической направленности. На протяжении занятий психолог занимает позицию активного участника. В зависимости от вида задания он выступает то, как информатор, то, как эксперт, то, как равноправный участник или наблюдатель.

В преподавании данного курса применяются известные в мировой педагогической и психологической практике **методы обучения**: словесные, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др. А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся: игровые методы (дидактические и творческие игры), метод творческого самовыражения (литературное, художественное и др. виды творчества), методы психической саморегуляции и тренировки психических функций (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки).

- групповая работа;
- информирование;
- диагностика;
- элементы индивидуальной работы;
- групповая дискуссия (повышает мотивацию и вовлеченность участников в решение обсуждаемой проблемы);
- психогимнастика;
- наблюдение за коммуникативным поведением других (эффективный способ повышения собственной компетентности)
- ролевые игры;
- элементы индивидуальной и групповой релаксации;
- подвижные игры.

Данные формы и методы работы позволяют решать широкий круг вопросов в области общения, основная цель которых - развитие личностных ресурсов старших подростков в области коммуникативных умений и навыков. На занятиях учащиеся отрабатывают навыки инициативности в общении, умение "пристроиться" к партнеру. Школьники могут "примерить" на себя различные модели поведения в конфликтных ситуациях, выбранных из личного жизненного опыта. С помощью проигрывания ситуаций учащиеся научатся как "правильно" общаться, налаживать контакт, как эффективнее строить и поддерживать беседу.

С помощью игр развивается более глубокое понимание себя, гибкость в общении, открытость, оптимизм.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА

Личностные результаты:

- формирование 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;
- формирование основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества;
- готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- 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;

- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.

Метапредметные результаты:

- 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;
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- 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;
- 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.

Предметные результаты:

- умение применять психологические знания в профессиональной и общественной деятельности, поликультурном общении;
- сформированность представлений о методах познания психологических явлений и процессов;
- владение знаниями о наиболее важных открытиях и достижениях в области психологии;
- развитие личности обучающихся, их познавательных интересов, интеллектуальной и ценностно-смысловой сфер;
- создание условий для развития навыков учебной, проектноисследовательской, творческой деятельности, мотивации обучающихся к саморазвитию;
- углубление, расширение и систематизация знаний в области психологии;
- совершенствование имеющегося и приобретение нового опыта познавательной деятельности, профессионального самоопределения обучающихся.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Тема 1. Индивид, индивидуальность, личность. Личность и характер

Человек как индивид и как личность. Индивидуальные свойства личности. Характер. Типология характера. Черты личности. Воспитание характера.

Тема 2. Личность в современном мире. Движущие силы развития личности: понятие личностного потенциала и ресурсов личности

Развитие личности: факторы, механизмы и условия. Предпосылки развития личности. Потенциал и ресурсы личности.

Тема 3. Самопознание личности: пути и способы

Самопознание личности. Уровни самопознания. Пути самопознания. Рефлексия как способ самопознания.

Тема 4. Потребности и мотивы

Потребности, общая характеристика. Виды потребностей. Иерархия потребностей по А. Маслоу. Мотив и мотивация. Виды мотивов. Мотивы достижения успеха и избегания неудач.

Тема 5. Самосознание. Внутренняя позиция личности

Самосознание личности. Структура самосознания. Самосознание на разных возрастных этапах. Внутренняя позиция и развитие личности.

Тема 6. Самоопределение личности

Самоопределение личности. Виды самоопределения. Самопрезентация личности. Способы самопрезентации. Дневник как способ самопрезентации личности.

Тема 7. Волевая регуляция. Стрессоустойчивость и саморегуляция

Воля. Волевые качества личности. Волевая регуляция. Самоконтроль. Регуляция эмоций. Стрессоустойчивость.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование темы	Количество часов
<i>10 класс</i>		
1	Индивид. индивидуальность, личность. Личность и характер	4
2	Личность в современном мире. Движущие силы развития личности: понятие личностного потенциала и ресурсов личности	6
3	Самопознание личности: пути и способы.	6
4	Потребности и мотивы	6
5	Самосознание. Внутренняя позиция личности	4
6	Самоопределение личности	4
7	Волевая регуляция. Стрессоустойчивость и саморегуляция	4
Итого		34

№ урока	Тема урока Основное содержание	Дата
Тема: Индивид. индивидуальность, личность. Личность и характер		
1	Введение. Человек как индивид и как личность	
2	Индивидуальность. Личность. Индивидуальные свойства личности	
3-4	Характер. Типология характера. Личность и характер Черты личности. Воспитание характера	
Тема: Личность в современном мире. Движущие силы развития личности: понятие личностного потенциала и ресурсов личности		
5-6	Развитие личности: факторы, механизмы и условия	
7-8	Предпосылки развития личности	
9-10	Потенциал и ресурсы личности.	
Самопознание личности: пути и способы		
11-12	Самопознание личности. Уровни самопознания.	

13-14		Пути самопознания.	
15 -16		Рефлексия как способ самопознания.	
Потребности и мотивы			
17-18		Потребности, общая характеристика. Виды потребностей	
19-20		Иерархия потребностей по А. Маслоу	
21 - 22		Мотив и мотивация. Виды мотивов. Мотивы достижения успеха и избегания неудач	
Самосознание. Внутренняя позиция личности			
23		Самосознание личности. Структура самосознания	
24		Самосознание на разных возрастных этапах	
25- 26		Внутренняя позиция и развитие личности	
Самоопределение личности			
27-28		Самоопределение личности. Виды самоопределения	
29		Самопрезентация личности. Способы самопрезентации	
30		Дневник как способ самопрезентации личности	
Волевая регуляция. Стрессоустойчивость и саморегуляция			
31		Воля. Волевые качества личности	
32		Волевая регуляция. Самоконтроль	
33-34		Регуляция эмоций. Стрессоустойчивость	