МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Удмуртской Республики

Администрация муниципального образования

"Муниципальный округ Красногорский район Удмуртской Республики"

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Красногорская гимназия имени Героя Советского Союза

Николая Ивановича Огородникова»

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
_____ Кистанова Т.А.
Протокол №3 от 24.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
директор МАОУ "Красногорская гимназия"
_____ Шулятьева Ю.М.
Приказ №250 – осн от 31.08.2023 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 3C48BC787DA4EDF4807745F90778EA0E
Владелец: Шулятьева Юлия Михайловна
Действителен: с 14.07.2023 до 06.10.2024

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 0000000)

факультативного курса «Психология человека»

для обучающихся 10-11 классов

село Красногорское 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабоча программа факультативного курса «Психология человека» имеет социально-педагогическую направленность.

Программа «Психология человека» отвечает требованиям нормативно-правовых документов: Федерального закона от 24.07.1998г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации», Федерального закона от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Концепции духовно-нравственного воспитания российских школьников, Устава учреждения.

Психологическая культура, толерантность, позитивное отношение к себе и другим, способность к рефлексии и саморазвитию, умение строить свои отношения с людьми, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом – всё это относится к необходимым компонентам развивающейся личности.

В Программе содержание факультативного курса структурно представлено четырьмя разделами (тематическими линиями):

раздел №1 «Что такое психология?»;

раздел №2 «Психические процессы»;

раздел №3 «Личностные особенности»;

раздел №4 «Общение и взаимодействие».

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ФАКУЛЬТАТИВНОГО КУРСА «ПСИХОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА»

Отличительные особенности заключаются в том, что в процессе реализации программы происходит подготовка подростка к полноценному вхождению в реальное современное общество с его быстрыми темпами развития и противоречивыми тенденциями. Все образовательные блоки предусматривают не только усвоение теоретических знаний, но и формирование деятельностно-практического опыта. Это требует не только информированности, наличия знаний, а скорее умения самостоятельно ориентироваться в информации, принимать решение, формировать ценностно-смысловые установки, планировать жизненный путь.

Образовательные технологии, использкемые в обучении: технологии проблемного обучения; технология формирования универсальных учебных действий; технология оценки достижений планируемых результатов; технология развития критического мышления; обучение в сотрудничестве, командная и групповая работа; технология проектной деятельности.

Формы организации образовательного процесса: групповые дискуссии, осуждение вопросов, связанных с основной темой занятия, ролевые игры (разыгрывание ситуаций, психологические упражнения), самопрезентация, устный опрос, упражнения, диагностики, тренинги, выполнение творческих работ. Программа предполагает дискуссии, сюжетно – ролевые игры, в ходе которых учащиеся будут иметь возможность проверить эффективность

различных моделей поведения, отработать навыки принятия решения. В занятия включён блок упражнений и игр, способствующих развитию внимания, памяти, мышления, воображения; упражнений и игр, требующих взаимодействия и сотрудничества детей, совместного поиска решений или их вариантов, соревновательные ситуации и т.д.

Формы контроля: начальная диагностика проводится в начале года, с целью выявления способностей детей; промежуточная диагностика - позволяет узнать степень усвоения данного материала; итоговая аттестация проводится в форме игры, беседы, стола откровений.

ЦЕЛЬ ИЗУЧЕНИЯ ФАКУЛЬТАТИВНОГО КУРСА «ПСИХОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА»

Цель: Повышение уровня психологической компетентности обучающихся.

Задачи программы

- научить детей выявлять в ходе жизнедеятельности проблемно-конфликтные ситуации и успешно действовать в них;
- научить детей сотрудничать, работать единым коллективом;
- научить работать в проективных игровых методах и проводить их самостоятельно.
- развить у детей познавательную активность;
- помочь детям исследовать свое «Я», сформировать адекватную самооценку, проявить себя;
- создать условия для создания собственного психологического портрета;
- развить умение выстраивать жизненную перспективу, шаги по достижению предполагаемой цели;
- создать условия для поддержания здоровья и безопасной жизнедеятельности детей;
- воспитание бережного отношения к окружающему миру.
- развитие личности ребенка и включение его в разнообразие человеческих отношений и межличностное общение со сверстниками.
- использование богатого творческого потенциала детей и воспитателей в реализации своих способностей.

МЕСТО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Изучение факультативного курса «Психология человека» предусматривается в течение двух лет, в 10-11 классах по 1 часу в неделю из части - учебного плана, реализуемой участниками образовательных

отношений. Всего на изучение факультативного курса «Психология человека» отводится 68 часов, из них по 34 часа в каждом классе.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Раздел №1 «Что такое психология?»:

смысл понятий «Психология», «Человек», «Индивид».

Раздел №2 «Психические процессы»:

смысл понятий «Ощущение», «Восприятие», «Память», «Внимание», «Мышление», «Речь», «Воображение»;

виды психических процессов;

способы развития психических процессов.

Раздел №3 «Личностные особенности»:

смысл понятий «Темперамент», «Характер», «Самооценка» «Эмоции»;

влияние самооценки на становление личности человека и его деятельность;

представление о воле и волевом поведении человека;

тип темперамента;

рассмотреть жизненные проявления характера, индивидуальные различия в характерах людей, изменение характера в течение жизни;

самооценка обучающихся;

навыки распознания эмоций и чувств;

навыкам саморегуляции и самоконтроля; повысить уверенность в себе, в свои силы;

сопротивляемость стрессу.

Раздел №4 «Общение и взаимодействие»:

виды общения и ситуации их использования;

понятие о гибкости в общении;

понятие о знаках внимания в процессе коммуникации;

коммуникативный уровень обучающихся;

качества важные для общения;

невербальная коммуникация;

понятие «Конфликт», его происхождении, развитии и путях разрешения;

умение воспринимать собеседника;

дискуссия.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения. Способствуют процессам

самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности и проявляются в индивидуальных социально значимых качествах, которые выражаются прежде всего в готовности обучающихся к саморазвитию, самостоятельности, инициативе и личностному самоопределению; к целенаправленной социально значимой деятельности; принятию внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, к окружающим людям и к жизни в целом.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся межпредметных понятий (используются в нескольких предметных областях и позволяют связывать знания из различных дисциплин в целостную научную картину мира) и универсальных учебных действий (познавательные, коммуникативные, регулятивные); способность их использовать в учебной, познавательной и социальной практике. Выражаются в готовности к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории; овладению навыками работы с информацией: восприятие и создание информационных текстов в различных форматах, в том числе в цифровой среде.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты характеризуют сформированностью у обучающихся основ психологии и проявляются в способности построения и следования модели безопасного поведения и опыте её применения в повседневной жизни.

10-11 КЛАСС

Раздел №1 «Что такое психология?»:

объяснять понятия «Психология», «Человек», «Индивид».

Раздел №2 «Психические процессы»:

знать психические процессы – ощущение, восприятие, память, внимание, мышление, речь, воображение:

определять виды психических процессов;

определять способы развития психических процессов.

Раздел №3 «Личностные особенности»:

объяснять с понятием «темперамент», «характер», «самооценка» «эмоции»;

понимать влияние самооценки на становление личности человека и его деятельность;

пониматьпредставление о воле и волевом поведении человека;

определять тип темперамента;

знать жизненные проявления характера, индивидуальные различия в характерах людей, изменение характера в течение жизни;

определять самооценку обучающихся;

знать навыки распознания эмоций и чувств;

знать навыкам саморегуляции и самоконтроля; повысить уверенность в себе, в свои силы;

принимать способы сопротивляемости стрессу.

Раздел №4 «Общение и взаимодействие»:

знать различные виды общения и ситуации их использования;

определять свою степень общительности;

объяснять понятие о гибкости в общении;

знать понятия о знаках внимания в процессе коммуникации;

повысить коммуникативный уровень обучающихся;

определять качества, важные для общения;

понимать невербальную коммуникацию;

объяснять понятие о конфликте, его происхождении, развитии и путях разрешения;

объяснять понятие о правах личности как основы адекватного взаимодействия с окружающими;

сформировать умение воспринимать собеседника;

научиться грамотно дискутировать.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
10 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	
1	Раздел №1 «Что такое психология?»	2	0	
2	Раздел №2 «Психические процессы»	7	0	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
3	Раздел №3 «Личностные особенности»	6	0	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
4	Раздел №4 «Общение и взаимодействие»	19	0	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	

11 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	
1	Раздел №1 «Что такое психология?»	1	0	
2	Раздел №2 «Психические процессы»	5	0	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
3	Раздел №3 «Личностные особенности»	6	0	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
4	Раздел №4 «Общение и взаимодействие»	22	0	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
10 КЛАСС

№ п/п	Темы уроков	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы		
1	Водное занятие.	1			
2	Королевство внутреннего мира человека.	1			
3	Ощущения. Виды ощущений.	1			
4	Восприятие и его свойства.	1			
5	Память и её развитие.	1			
6	Внимание и его развитие.	1			
7	Мышление. Виды мышления. Развитие.	1			
8	Речь. Развитие речи.	1			
9	Воображение. Развитие	1			
10	Темперамент.	1			
11	Характер, особенности характера.	1			
12	Самооценка.	1			
13	Воля. Волевое поведение.	1			

14	Эмоции. Развитие.	1			
15	Саморегуляция. Самоконтроль.	1			
16	Виды общения.	1			
17	Учимся управлять собой.	1			
18	Учимся понимать себя и других.	1			
19	Знаки внимания при общении.	1			
20	Как научиться общаться лучше?	1			
21	Качества, важные для межличностного общения.	1			
22	Невербальные средства общения. Мимика и пантомимика.	1			
23	Конфликт. Разрешение конфликтов.	1			
24	Мои права и права других людей.	1			
25	Как узнать другого человека и легко с ним общаться?	1			
26	Обратная связь в общении. Открытость, искренность, «общение без масок».	1			
27	Как мы воспринимаем окружающий мир?	1			
28	Поддержка.	1			

29	Позиции в общении.	1			
30	Правила ведения дискуссии.	1			
31	Учимся чувствовать и наблюдать.	1			
32	Стресс.	1			
33	Эмпатия и рефлексия. Способы восприятия и понимания людьми друг друга.	1			
34	Заключительное занятие	1			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

11 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы		
1	Королевство внутреннего мира человека.	1			
2	Ощущения и восприятие. Виды. Развитие	1			
3	Память и внимание. Виды. Развитие.	1			
4	Мышление. Виды мышления. Развитие.	1			
5	Речь. Развитие речи.	1			
6	Воображение. Развитие	1			
7	Темперамент.	1			
8	Характер, особенности характера.	1			
9	Самооценка.	1			
10	Воля. Волевое поведение.	1			
11	Эмоции. Развитие.	1			
12	Саморегуляция. Самоконтроль.	1			
13	Виды общения.	1			
14	Учимся управлять собой.	1			

15	Учимся управлять собой.	1			
16	Учимся понимать себя и других.	1			
17	Знаки внимания при общении.	1			
18	Как научиться общаться лучше?	1			
19	Качества, важные для межличностного общения.	1			
20	Невербальные средства общения. Мимика и пантомимика.	1			
21	Конфликт. Разрешение конфликтов.	1			
22	Конфликт. Разрешение конфликтов.	1			
23	Мои права и права других людей.	1			
24	Как узнать другого человека и легко с ним общаться?	1			
25	Обратная связь в общении. Открытость, искренность, «общение без масок».	1			
26	Как мы воспринимаем окружающий мир?	1			
27	Поддержка.	1			
28	Позиции в общении.	1			

29	Правила ведения дискуссии.	1			
30	Правила ведения дискуссии.	1			
31	Учимся чувствовать и наблюдать.	1			
32	Стресс.	1			
33	Эмпатия и рефлексия. Способы восприятия и понимания людьми друг друга.	1			
34	Заключительное занятие	1			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

1. Васильченко К.В. «Путешествие в страну «Я», - Д.: Сталкер, 1998
2. Психологический словарь / под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. – М.: Педагогика-Пресс, 1996.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Абрамова Г. С. Введение в практическую психологию. – Екатеринбург: Деловая книга, М.: ACADEMIA, 1995.
2. Айви А., Айви М., Саймэн-Даунинг Л. Психологическое консультирование и психотерапия. – М., 1999.
3. Александров А. А. Современная психотерапия. Курс лекций. – СПб.: Академический проект, 1997.
4. Гордон Д. Терапевтические метафоры (оказание помощи другим посредством зеркала). – Канск, 1994.
5. Грановская Р. М. Элементы практической психологии. – Л., 1999.
6. Бибринг Э. Психоанализ и динамическая психотерапия // Психоаналитический вестник. 1999. Т. 8. № 2. С. 13—29.
7. Бондаренко А. Ф. Личностное и профессиональное самоопределение отечественного психолога-практика // Моск. психотерапевтический журн. 1993. № 1. С. 12—20.
8. Бурлачук Л. Ф., Грабская И. А., Кочарян А. С. Основы психотерапии. – Киев – М.: Ника-Центр – Алетейа, 1999.
9. Вербербер Р., Вердербер К. Психология общения. – М., 2003. 10. Баталова И.В. Программа тренинга конфликтной компетентности подростка. (ж. «Классный руководитель», № 4, 2006).

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

- Библиотека цифрового образовательного контента (https://lesson.edu.ru/17/08)