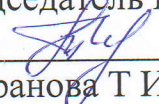


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 50  
имени Юрия Алексеевича Гагарина»  
305018, г. Курск, ул. Серегина, д.12  
• тел. 38-34-14, 37-94-55. Е – mail:kursk50@yandex.ru

Принята  
решением ПС школы  
протокол № 4 от 16.05.2023 г.  
Председатель ПС  
  
Чефранова Т И

Утверждена  
приказом от 17.05.2023 г.



**Рабочая программа  
учебного курса «Основы психологии»**

(10 класс психолого-педагогической направленности)

2023 год

## Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса «Основы психологии» для учащихся 10 классов (далее – Программа) разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (далее – ФГОС СОО), Федеральной основной образовательной программой среднего общего образования (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.12.2022 № 71763), Федеральной рабочей программой воспитания и Примерной образовательной программой учебного предмета «Основы педагогики и психологии» для 10-11 классов, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию 18 марта 2022 г. № 1/22.

Программа направлена на решение задач ранней профориентации, одним из направлений которой выступает выявление и поддержка педагогически одаренных детей, в частности, в форме организации профильных психолого-педагогических классов.

В процессе реализации Программы предполагается включать обучающихся в познавательную и проектную деятельность с использованием активных методов обучения с целью оказания им содействия в самоопределении, саморазвитии и осуществлении предпрофессионального выбора. Программа ориентирована на достижение метапредметных результатов и развитие функциональной грамотности обучающихся.

Программа курса «Основы психологии» взаимосвязана с программой курса «Основы педагогики», обеспечивает междисциплинарные связи с учебными предметами «История», «Обществознание», «Литература», «Русский язык», «Индивидуальный проект», с федеральной рабочей программой воспитания для общеобразовательных организаций.

**Цель** реализации Программы – создание условий для профессионального самоопределения обучающихся и формирования позитивной установки на выбор психолого-педагогической профессии.

### **Задачи** Программы:

- мотивировать школьников на осознанный профессиональный выбор и потребность в профессиональном самоопределении с помощью формирования системного представления о психолого-педагогической деятельности;
- формировать осмысленное отношение к профессии психолога, содержанию деятельности педагога-психолога, его профессионально значимым качествам и требованиям к профессиональной деятельности;
- развивать у обучающихся навыки активной коммуникации, учебной мотивации, способность к совместному взаимодействию в группе сверстников;
- развивать навыки психической саморегуляции собственной деятельности и поведения;
- стимулировать развитие социально-значимых компетенций;
- развивать проектные и исследовательские умения, умения самостоятельно

работать с информацией.

Содержание учебного курса представлено в виде модулей, изучение которых обеспечивает достижение поставленной цели. Программа является пропедевтическим курсом для обучающихся старших классов, подготавливающим их к освоению соответствующей дисциплины в вузе.

Каждая тема курса имеет оригинальное методическое оснащение, включающее основы теории, схемы для анализа, примеры конкретных ситуаций, ключевые слова, проблемные вопросы, модели экспериментальной деятельности, описание методов практической работы др.

**Место учебного курса** в учебном плане обусловлено его реализацией за счет часов части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, в объеме 34 часов в 10 классе универсального профиля психолого-педагогической направленности (занятия 1 раз в неделю).

### **Планируемые результаты освоения учебного курса**

Программа направлена на формирование общей системы знаний об основах психологии и достижение метапредметных и личностных результатов, включая универсальные учебные действия: способность формулировать и аргументировать собственную точку зрения, выбирать коммуникативные стратегии в различных ситуациях общения. Методологической основой Программы является системно-деятельностный подход, предполагающий активную учебно-познавательную деятельность обучающихся, формирование готовности к саморазвитию и непрерывному образованию.

**Планируемые результаты освоения Программы.** В результате освоения Программы обучающиеся **будут знать:**

- ключевые термины и понятия современной психологии;
- специфику деятельности психолога;
- исторические этапы становления и развития психологии как самостоятельной науки;
- ключевые основы системно-деятельностного подхода в психологии;
- основные психологические направления и теоретические школы;
- основы эффективной коммуникации;
- основные закономерности психического развития;
- основные психические свойства и качества личности;
- социально-психологические компоненты совместной деятельности;
- основы формирования социально-значимых компетенций;
- основы профессионального самоопределения.

**Обучающиеся будут уметь:**

- проектировать стратегию своего профессионального и личностного развития, в том числе в области психологической профессии;
- реализовывать стратегию эффективной коммуникации в процессе

совместной учебной и внеучебной деятельности;

- разрешать конфликтные ситуации;
- взаимодействовать в ситуации напряженности;
- осуществлять командное взаимодействие в рамках решения поставленных задач;
- работать с теоретическим материалом, самостоятельно находить и подбирать информацию из проверенных и достоверных источников;
- соотносить ключевые психологические идеи с именами их авторов;
- осуществлять подбор элементарного диагностического инструментария для оценки степени развития психических свойств личности;
- проектировать собственную траекторию профессионального и психического развития;
- использовать навыки организации собственной деятельности и тайм-менеджмента для эффективного решения учебных задач;
- контролировать своё поведение и психоэмоциональное состояние;
- проектировать учебные занятия на основе анализа индивидуально-психологических особенностей обучающихся.

**Обучающиеся будут владеть навыками:**

- осознанного профессионального выбора в отношении психологической профессии;
- организации совместной деятельности и общения, в т.ч. в виртуальной среде, сотрудничества со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно-полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- проектирования условий и средств продуктивной коммуникации в контексте учебной деятельности, организации делового и эмоционального взаимодействия, решения коммуникативных проблем;
- навыками критического и самостоятельного мышления при анализе историко-психологических фактов и явлений;
- активного взаимодействия в учебном коллективе в процессе организации направленной совместной деятельности;
- продуктивного решения конфликтных ситуаций;
- начальной диагностики и определения уровня развития психических качеств и свойств личности;
- проектирования учебных занятий с использованием блочно-модульного конструктора учебного занятия в соответствии с ФГОС общего образования;
- психической саморегуляции своей деятельности и поведения.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

## Тематический план

## универсального профиля психолого-педагогической направленности (10 А)

№.№ п/п	Наименование темы	Всего часов	в том числе:				Форма контроля
			Аудиторная работа			Внеауди торная работа	
			Интеракт ивные лекции	Практиче ские занятия	Групповые /индивиду альные консульта ции	Самосто ятельные работы	
<b>1-ое полугодие</b>							
<b>Модуль 1 Введение в психологию (4 часа)</b>							
1.1.	Психология как наука	2	1	1			Практическая работа № 1
1.2.	На путях познания психологии человека	2	1	1			Практическая работа № 2
<b>Модуль 2 История психологии (4 часа)</b>							
2.1.	Становление психологии за рубежом	2	1	1			Практическая работа № 3
2.2.	Становление отечественной психологии	2	1	1			Практическая работа № 4
<b>Модуль 3 Основные психические процессы (8 часов)</b>							
3.1.	Подходы к изучению и классификации психических процессов	2	1	1			Практическая работа № 5
3.2.	Познавательные психические процессы	2	1	1			Профессиональная проба 1 «Диагностика познавательных психических процессов»
3.3.	Эмоциональные психические процессы	2	1	1			Практическая работа № 6
3.4.	Волевые психические процессы	2	1	1			Профессиональная проба 2 «Волевая регуляция как основа управления поведением»
<b>2-ое полугодие</b>							
<b>Модуль 4 Психология деятельности (6 часов)</b>							
4.1.	Деятельность и	2	1	1			Практическая

	развитие личности						<b>работа № 7</b>
4.2.	Игра, учение и труд в жизни человека	2	1	1			<b>Практическая работа № 8</b>
4.3.	Совместная деятельность	2	1	1			Профессиональная проба 3 «Формы совместной активности»
<b>Модуль 5 Психическая саморегуляции (6 часов)</b>							
5.1.	Основы психической саморегуляции	2	1	1			<b>Практическая работа № 9</b>
5.2.	Тайм-менеджмент и управление стрессом в психологии	2	1	1			<b>Практическая работа № 10</b>
5.3.	Основы публичных выступлений	2	1	1			Профессиональная проба 4 «Открытое публичное выступление»
<b>Модуль 6 Психология индивидуальности (6 часов)</b>							
6.1.	Темперамент и успешность деятельности	2	1	1			<b>Практическая работа № 11</b>
6.2.	Характер человека	2	1	1			<b>Практическая работа № 12</b>
6.3.	Способности и их развитие	2	1	1			Профессиональная проба 5 «Карта индивидуальной траектории развития»
	Итоговая аттестация						Зачет на основе выполненных практических работ
<b>Итого</b>		<b>34</b>	<b>17</b>	<b>17</b>			

## Календарно-тематическое планирование универсального профиля психолого-педагогической направленности (10 А)

Темы	Виды учебных занятий/работ, час.	Содержание
Тема 1.1. Психология как наука	Интерактивная лекция, 1 ч.	Что изучает психология. Три значения термина «психология». Душа: философско-религиозный, конкретнонаучный, обыденный аспекты. Философские основы современной психологии. Единство, неделимость и бесконечность мира. Противоречие с ограниченностью познавательных возможностей человека. Компромисс между знанием (наука) и верой (религия). Предмет и объект психологии. Человек как объект и психика как предмет изучения психологии. Цели и задачи психологии. Пространственная структура психики. Отношения в системе «субъект-объект».
	Практическое занятие, 1 ч.	Выполнение <b>Практической работы № 1.</b>
Тема 1.2. На путях познания психологии человека	Интерактивная лекция, 1 ч.	Психическое как единица внутреннего мира. Единство субъективного и объективного в психическом. Психофизическая проблема. Определение психики. Основные формы психических явлений (процессы, состояния, свойства, конструкты). Эволюционное развитие психики; проблема возникновения психики; критерий разделения психической и допсихической жизни. Развитие психики в процессе филогенеза и онтогенеза. Нервная ткань и раздражимость. Стадии развития и основные закономерности развития психики у животных; закономерности психического развития человека. Философско-психологический анализ сущности сознания. Сознание и бытие. Условия возникновения сознания. Гипотеза о происхождении сознания в совместной разделенной деятельности. Сознание и труд. Сознание и деятельность.
	Практическое занятие, 1 ч.	Выполнение <b>Практической работы № 2.</b>
Тема 2.1. Становление психологии за рубежом	Интерактивная лекция, 1 ч.	История развития психологического знания. Психология как самостоятельная экспериментальная наука (70-е гг. XIX – 10-е гг. XX в.). Кризис психологии (30-е гг. XX в. - до наших дней). Основные направления в психологии. Ассоцианизм, структурная психология, функциональная психология, гештальтпсихология, описательная психология (В. Дильтей), генетическая эпистемология Ж. Пиаже. Переход от психологии сознания к психологии личности. Бихевиоризм, классический психоанализ (З.Фрейд). Необихевиоризм, неопрейдизм (К. Хорни), эпигенетическая теория (Э.Эриксон), персонология, гуманистическая психология (А. Маслоу, К. Роджерс), социально-когнитивная теория личности (А.Бандура), индивидуальная теория личности (А.Адлер), гуманистическая психология. Современные модификации классических направлений. Логотерапия В. Франкла. Психосинтез Р. Ассаджиолли. Трансактный анализ Э.

		Берна. Онтопсихология А. Менегетти. Нейролингвистическое программирование.
	Практическое занятие, 1 ч.	Выполнение <b>Практической работы № 3.</b>
Тема 2.2. Становление отечественной психологии	Интерактивная лекция, 1 ч.	Специфика советской психологии. Крупнейшие имена и ведущие направления. Тенденция к интеграции отечественной психологии с мировой (западной и восточной). Рефлексология И.П. Павлова. Культурно-историческая концепция Л.С. Выготского. Понятие о процессах интериоризации и экстериоризации. Психологическая антропология В.И. Слободчикова. Проблема деятельности в психологии. Деятельность как форма функционирования личности. Теории деятельности С.Л. Рубинштейна и А.Н. Леонтьева.
	Практическое занятие, 1 ч.	Выполнение <b>Практической работы № 4.</b>
Тема 3.1. Подходы к изучению и классификации психических процессов	Интерактивная лекция, 1 ч.	Психическое как единица внутреннего мира. Единство субъективного и объективного в психическом. Психофизическая проблема. Определение психики. Основные формы психических явлений (процессы, состояния, свойства, конструкты). Эволюционное развитие психики; проблема возникновения психики; критерий разделения психической и допсихической жизни. Развитие психики в процессе филогенеза и онтогенеза. Нервная ткань и раздражимость. Стадии развития и основные закономерности развития психики у животных; закономерности психического развития человека.
	Практическое занятие, 1 ч.	Выполнение <b>Практической работы № 5.</b>
Тема 3.2. Познавательные психические процессы	Интерактивная лекция, 1 ч.	Основные подходы к изучению познавательных процессов. Перцептивные процессы в структуре деятельности и личности. Восприятие и его основные свойства. Виды восприятий и их характеристика. Определение и общая характеристика памяти. Сущность и процессы памяти. Типы и виды памяти. Виды запоминания и воспроизведения, их характеристика. Воображение. Виды и операции воображения, их общая характеристика. Его функции и основные процессы. Сущность мышления. Функции. Понятие о мышлении и этапах его протекания. Речь. Сущность речи. Язык и речь. Физиология речи. Развитие речи в онтогенезе. Психологическая структура речи. Общение. Общее представление об общении. Общение как единство взаимодействий и взаимоотношений. Понятие о внимании. Структура внимания.
	Практическое занятие, 1 ч.	<b>Профессиональная проба 1 «Диагностика познавательных психических процессов»</b> Обучающимся даётся задание разделить на две группы и провести диагностическое исследование познавательного психического процесса (память, внимание, мышление и т.д.) по выбору в другой группе. В конце занятия проводится анализ полученных данных и формулирование выводов.



Тема 3.3. Эмоциональные психические процессы	Интерактивная лекция, 1 ч.	Общая характеристика психологии эмоций. Специфика психического отражения в эмоциях. Биологическая целесообразность эмоций. Эмоции как внутренний регулятор деятельности. Классификация эмоций. Физиологические основы эмоций. Функции и классификация эмоций. Чувства. Формы переживания чувств. Эмоции. Аффекты. Настроения. Теории эмоций.
	Практическое занятие, 1 ч.	Выполнение <b>Практической работы № 6.</b>
Тема 3.4. Волевые психические процессы	Интерактивная лекция, 1 ч.	Понятие воли, волевого действия и волевой регуляции. Соотношение волевой и произвольной регуляции. Мотивация волевого акта. Структура волевого акта. Способы и приемы воздействия на волю. Индивидуальные особенности воли. Измерение воли. Способы принятия решений.
	Практическое занятие, 1 ч.	<b>Профессиональная проба 2 «Волевая регуляция как основа управления поведением»</b> <b>Домашнее задание:</b> подобрать упражнения способствующие развитию волевых качеств, контролю поведения, развитию самодисциплины. <b>На занятии:</b> продемонстрировать подобранные упражнения в практической форме остальным участникам.
Тема 4.1. Деятельность и развитие личности	Интерактивная лекция, 1 ч.	Отличие деятельности от поведения и активности. Основные характеристики деятельности (мотив, цель, предмет, структура и средства, результат). Её предметность и субъектность. Активность личности. Направленность и избирательность деятельности. Целенаправленность. Цель как системообразующий элемент деятельности. Структура деятельности. Действия и операции, их характеристика. Понятие об иерархии деятельности человека. Навыки, умения, привычки в структуре деятельности и личности. Виды человеческой деятельности (общение, игра, познание, труд). Характеристика основных видов деятельности, внешняя и внутренняя (психическая) деятельность. Понятие о познавательной деятельности, этапы познания.
	Практическое занятие, 1 ч.	Выполнение <b>Практической работы № 7.</b>
Тема 4.2. Игра, учение и труд в жизни человека	Интерактивная лекция, 1 ч.	Игра в теории деятельности. Осознанность и неосознанность игры. Социальность и асоциальность игры. Творческое начало игр – спонтанность, непредсказуемость, многовариантность. Понятие учения и учебной деятельности. Виды трудовой деятельности. Профессиональное самоопределение.
	Практическое занятие, 1 ч.	Выполнение <b>Практической работы № 8.</b>
Тема 4.3. Совместная деятельность	Интерактивная лекция, 1 ч.	Совместная деятельность. Параметрическая концепция развития коллективов Л.И. Уманского и А.С. Чернышева. Формы организации совместной деятельности по Л.И. Уманскому.
	Практическое занятие, 1 ч.	<b>Профессиональная проба 3 «Формы совместной активности»</b> Педагог на занятии проводит игровые упражнения, направленные на актуализацию следующих форм совместной деятельности:

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• совместно-индивидуальная;</li> <li>• совместно-последовательная;</li> <li>• совместно-взаимозависимая.</li> </ul> <p>После чего, проводится рефлексия с обучающимися – изучается мнение относительно игровых упражнений по каждой форме совместной активности.</p>
Тема 5.1. Основы психической саморегуляции	Интерактивная лекция, 1 ч.	Теория психической саморегуляции. Основные методы саморегуляции: приёмы управления дыханием, техника активного расслабления, направленная медитация, элементы аутогенной тренировки, рефлексивная тренировка, техника поддержания хорошего настроения, методика «Ключ». Принципы психической настройки.
	Практическое занятие, 1 ч.	Выполнение <b>Практической работы № 9.</b>
Тема 5.2. Тайм-менеджмент и управление стрессом в психологии	Интерактивная лекция, 1 ч.	Понятийный аппарат: «тайм-менеджмент», «стресс-менеджмент». Тайм-менеджмент как совокупность техник, помогающих организовать рабочее время и повысить эффективность его использования: хронометраж, диаграмма Ганта, матрица Эйзенхауэра, принцип Парето, метод помидора, техника SMART и др. Системы тайм-менеджмента. Управление временем и самоорганизация. Формирование компетенции самоменеджмента.
	Практическое занятие, 1 ч.	Выполнение <b>Практической работы № 10.</b>
Тема 5.3. Основы публичных выступлений	Интерактивная лекция, 1 ч.	Этапы работы над публичным выступлением. Проблема доверия слушателя к говорящему. Поведение оратора на трибуне, способность контролировать собственные эмоции. Ораторский страх: причины, последствия и пути преодоления. Понятие коммуникативного лидерства. Первое впечатление аудитории об ораторе. Значение внешности, костюма. Контакт как общение без помех. Коммуникативность оратора, ее составляющие: разговорный стиль, зрительский контакт, голосовой контакт. Комплексность и использование различных знаковых систем в ораторской речи: лингвистической (язык), паралингвистической (голос, интонации, темп, паузы) и кинетической (поза, мимика и жесты). Их роль в поддержании контакта со слушателями. Высокая техника речи как одна из важнейших сторон ораторского искусства. Устройство речевого аппарата. Индивидуальные особенности речи и голоса оратора. Речевое дыхание. Голос. Развитие диапазона голоса. Понятие темпоритма речи, силы и громкости речи. Паузы (логические, психологические, люфтпаузы) и их значение в ораторской речи.
	Практическое занятие, 1 ч.	<b>Профессиональная проба 4</b> <b>«Открытое публичное выступление»</b> <b>Задание 1</b> (домашнее задание): Подготовьте краткое (5 минут) публичное выступление на любую интересующую тему. <b>Задание 2.</b> Проанализируйте свое публичное выступление. Изложите ваши пожелания и выводы.
Тема 6.1. Темперамент и успешность	Интерактивная лекция, 1 ч.	Теории темперамента. Устойчивость и постоянство темпераментов в ходе психического развития. Историческое содержание терминологии в учении о

деятельности		темпераментах. Круг психических свойств, характеризующих темперамент. Типы темпераментов и их психологическая характеристика. Физиологические основы темперамента. Тип высшей нервной деятельности и темперамент. Проблемы изменчивости темперамента. Роль наследственного фактора в происхождении свойств темперамента. Роль темперамента в трудовой и учебной деятельности человека. Темперамент и индивидуальный стиль деятельности
	Практическое занятие, 1 ч.	Выполнение <b>Практической работы № 11.</b>
Тема 6.2. Характер человека	Интерактивная лекция, 1 ч.	Характер и индивидуальность человека. Структура характера. Черты характера и закономерная зависимость между ними. Признаки характера. Проблема биологических основ характера. Проблема типологии характера. Социально-историческая обусловленность формирования черт характера. Черты характера и отношения личности. Характер как программа типичного поведения человека в типичных обстоятельствах. Акцентуация черт характера. Природа и проявления характера. Характер и темперамент. Природные и социальные предпосылки характера. Формирование характера. Характер как результат воспитания.
	Практическое занятие, 1 ч.	Выполнение <b>Практической работы № 12.</b>
Тема 6.3. Способности и их развитие	Интерактивная лекция, 1 ч.	Способности в психологической структуре личности. Структура, уровни и виды способностей. ЗУНы (знания, умения, навыки) и способности. Врожденное и приобретенное в структуре способностей. Общая характеристика задатков, склонностей и способностей. Способность как динамическое понятие (Б.М. Теплов). Типология способностей. Концепции способностей. Общие специальные способности. Понятие об одаренности, ее видах и особенностях. Развитие способностей. Понятие о таланте и гениальности. Связь с другими свойствами личности. Понятие «креативность». Сензитивные периоды. Проблема измерения способностей. Механизмы формирования и развития способностей. Мотивация саморазвития. Потребность в саморазвитии. Направления саморазвития. Технологии саморазвития. Условия, формы, механизмы саморазвития личности.
	Практическое занятие, 1 ч.	<b>Профессиональная проба 5 «Карта индивидуальной траектории развития»</b> В формате интеллектуальной карты или инфографики представьте собственную траекторию индивидуального развития, на основе анализа своих способностей, умений, навыков, интересов и предпочтений. Презентуйте результат работы перед другими обучающимися.
Итоговая аттестация		Зачет на основе выполненных практических работ