

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Комаровская средняя общеобразовательная школа им. В. М. Устиченко»
муниципального образования Ясенский городской округ

«Рассмотрено»
на заседании ШМО
учителей гуманитарного
цикла (протокол № 1 от «29»
августа 2023 г.)
руководитель ШМО
 Е.И. Лукьянец

«Согласовано»
зам. директора по УВР
 Муратова О. Ю.
«30» августа 2023 г.

«Утверждаю»
Директор МОБУ «Комаровская СОШ
им. В.М. Устиченко»
 М.З. Нуржанова
«31» августа 2023 г.



Рабочая программа
по предмету: учебного курса «Психология»

Классы: 10, 11
Уровень общего образования (базовый, профильный) базовый
Срок реализации программы 2 года
Количество часов по учебному плану 10 класс – 1 час в неделю, 34 часа
11 класс – 1 час в неделю, 34 часа

Рабочую программу составила
Иртаева Роза Сайландыковна
Педагог-психолог

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основании следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями); Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 г. №413 «Об утверждении ФГОС СОО»;
2. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (образовательная недельная нагрузка, требования к организации обучения в 1 классе);
3. Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (начало и окончание занятий, продолжительность учебных занятий, учебная нагрузка при пятидневной и шестидневной учебной неделе, продолжительность выполнения домашних заданий, шкалы трудности учебных предметов на уровне начального общего, основного общего, среднего общего образования);
4. Приказ Минпросвещения России от 21.09.2022 N 858 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников" (Зарегистрировано в Минюсте России 01.11.2022 N 70799)
5. Основная образовательная программа среднего общего образования МОБУ «Комаровская СОШ им. В.М. Устиченко»;
6. Учебный план МОБУ «Комаровская СОШ им. В.М. Устиченко»
7. Программа, на основе которой составлена: интернет-ресурсы «Всё о первой помощи» — www.allfirstaid.ru; памятка «Оказание первой помощи пострадавшим» — <http://www.mchs.gov.ru>; Российский Красный Крест — www.redcross.ru; национальный совет по реанимации — www.rusnrc.com;
8. приказ Минпросвещения России от 23.11.2022 N 1014 "Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 22.12.2022 N 71763);
9. приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413" (Зарегистрирован 12.09.2022 № 70034);
10. Настоящая программа по психологии для 10 -11 классов создана на основе авторских программ Пономаренко Л.П., Белоусовой Л.В. «Основы психологии для старшеклассников».

Цель: Формирование гуманистического мировоззрения и психологической культуры учащихся, развитие социальных компетенций учащихся.

Задачи:

- способствовать самораскрытию и развитию способностей учащихся;
- развить компетенции рефлексии и самоанализа своих чувств, желаний, поступков;
- развить способность понимания чувств и мотивов поведения других людей;
- обучить приемам саморегуляции в стрессовых ситуациях;
- обучить приемам творческого преодоления конфликтов.

Общая характеристика курса

Методической особенностью данной программы является проблемно-диалогический подход в обучении. Особую роль в творческом освоении знаний старшеклассников имеют проблемные вопросы. Их постановка позволяет включить учащихся в обсуждение, побудить высказать свою точку зрения, задуматься о неожиданных аспектах привычных событий или отношений. Выслушивая разные мнения, преподаватель должен поощрять активность учащихся, удерживаться от критических замечаний и категоричных оценок.

Диалогический характер обучения призван способствовать самостоятельному «открытию» школьниками различных аспектов психологических явлений и фактов; осознанию необходимости учета позиций, мнений, интересов и потребностей других людей в процессе межличностного взаимодействия, преимуществ конструктивных взаимоотношений с людьми для достижения собственных жизненных целей.

Основным принципом осуществления данной программы является создание атмосферы доверия и раскрепощенности, обстановки творческого поиска, в которой учащиеся смогут свободно высказывать свое мнение, разыгрывать ситуации, ролевые игры. Выполнять упражнения, что требует от преподавателя владения активными методами обучения, умения вести дискуссии, обсуждения, организовывать работу в малых группах, применять элементы психологического тренинга.

При проведении уроков преподаватель чаще выступает как фасилитатор, организующей конструктивное общение участников, что предполагает применение навыков активного слушания, гибкости и творческого подхода.

Данные методы и приёмы позволяют наиболее эффективно решать поставленные задачи курса. Для реализации содержания обучения по данной программе основные теоретические положения сопровождаются выполнением практических работ, которые помогают учащимся применять изученные понятия на практике, в конкретных жизненных ситуациях.

В процессе обучения используется различный дидактический материал: презентации по темам курса, плакаты, схемы, видеоматериалы, «Дневник профессионального самоопределения».

Полный учебно-методический комплект курса состоит из следующих элементов:

- программа;
- методическое пособие для учителя;
- дидактический материал на электронных носителях.

Особенности содержания курса «Психологии» (10 класс). Программа курса для 10 класса охватывает все основные разделы общей психологии. Используются данные современных психологических теоретических и эмпирических исследований, научно-популярные источники, систематизирован об-

ширный литературный материал в относительно целостную и логически завершённую систему психологических знаний, адаптированную для восприятия подросткового и раннего юношеского возраста.

В программе «Психологии», кроме традиционных разделов общей психологии, выделены специальные темы: «Самосознание»,

«Я-концепция», «Самоотношение», которые имеют прямое отношение к формированию личности старшеклассника, развитию самопонимания, выработке собственной жизненной позиции. Практическую направленность имеют уроки, позволяющие школьникам овладеть приемами саморегуляции, развить способность к позитивному мышлению, уверенность в себе, чувство собственного достоинства. В чрезвычайно важных и актуальных для раннего юношеского возраста темах «Дружба», «Любовь», «Экология любви» затрагиваются проблемы уникальности человеческих чувств, необходимости бережного отношения к чужим чувствам, умения отличать открытые и серьезные отношения от психологического насилия и манипуляции.

Раздел «Личность» построен по принципу «от общего к частному». Для достижения стратегических целей программы (формирования гуманистического мировоззрения, выработка собственной позиции, развитие способности к критической переработке информации, осознанию неоднозначности интерпретации многих сложных феноменов человеческой психики и поведения) в программу изучения курса введены изложения наиболее известных теорий личности. В программе представлены психоанализ З. Фрейда, индивидуальная психология А. Адлера, гуманистическая психология А. Маслоу, бихевиоризм.

Особенности содержания курса «Психология общения» (11 класс). Содержание данной части в большей степени отводится на использование активных форм работы, в связи с тем, что одной из главных задач курса является формирование устойчивых компетенций конструктивного общения, развитие социальной компетентности.

При освоении технологий эффективной коммуникации большое внимание уделяется анализу конфликтных ситуаций, отработке компетенций конструктивного общения в деловом, личностном и семейном общении.

При изучении темы «Семейные отношения» рассматриваются негармоничные стили воспитания, анализируются их причины, вместе с учащимися делается вывод о значительном влиянии на личность ребенка стили детско-родительских отношений и отношений в супружеской паре.

Методическое пособие для учителя представляет собой рекомендации по реализации программы курса. В нем содержится обширный информационный материал, отобранный и структурированный в соответствии с целями курса, необходимый учителю для проведения занятий, а также методические рекомендации по выбору форм и методов их проведения. Пособие построено по блочно-модульному принципу, что позволит педагогу конструировать и реализовывать многовариантные образовательные траектории.

Программа рассчитана на **34 часа в год (1 час в неделю)**.

Программа состоит из двух логически связанных частей: часть 1 – «Психологии», рассчитанной для 10 класса, часть 2 – «Психология общения» для 11 класса

Общеучебные умения, навыки и способы деятельности

Примерная программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетными для учебного предмета «Психология» являются:

Приемы элементарной исследовательской деятельности. Выдвижение гипотезы на основе житейских представлений или изученных закономерностей; выбор условий проведения наблю-

дения или опыта, использование диагностических методик для измерения психологических особенностей личности; сравнение по выделенным признакам.

Способы работы с естественнонаучной информацией. Поиск необходимой информации в справочных изданиях (в том числе на электронных носителях, в сети Internet); использование дополнительных источников информации при решении учебных задач; работа с текстами естественнонаучного характера (пересказ; выделение в тексте терминов, описаний наблюдений и опытов; составление плана; заполнение предложенных таблиц).

Коммуникативные умения. Подготовка кратких сообщений с использованием естественнонаучной лексики и иллюстративного материала (в том числе компьютерной презентации в поддержку устного выступления); корректное ведение учебного диалога при работе в малой группе сотрудничества.

Способы самоорганизации учебной деятельности. Оценка собственного вклада в деятельность группы сотрудничества; самооценка уровня личных учебных достижений по предложенному образцу.

Критерии оценивания знаний по предмету

Критерии и нормы оценки знаний, умений и навыков обучающихся.

Оценка знаний учащихся в данной учебной программе является достаточно сложным вопросом. Свободный обмен мнениями, активное участие в дискуссиях, заявление собственной позиции предполагает отсутствие возможности получить «плохую оценку». Руководствуясь стремлением сделать возможным массовое психологическое просвещение среди подростков и молодежи, возможно считаться со сложившейся системой школьного обучения и введением традиционного оценивания знаний.

Однако, учитывая основные цели и задачи программы, формализованную оценку знаний можно применять при повторении пройденного теоретического материала или выполнении дополнительных заданий, подготовке рефератов, докладов. При ответах учащихся на проблемные вопросы, высказываниях во время дискуссий, выполнении тестов и упражнений применение системы оценок нецелесообразно.

Так как психология входит в базисный учебный план школы, то предполагается особая оценочная система результатов деятельности. Оценка ставится по результатам проверочных работ, специально разработанных по материалам изученных тем. Дифференцированные карточки-задания, самостоятельные работы; фронтальный и индивидуальный опрос; отчеты по практическим и лабораторным работам; творческие задания (защита рефератов и проектов).

В силу специфики предмета психологии полагается целесообразным применять **диагностические методики**. Все применяемые в курсе «Психология» психодиагностические методы по целевому назначению можно разделить на три группы: диагностика внутри предмета (как дидактический прием), диагностика усвоения знаний и диагностика развития личности.

Диагностика внутри предмета включается в структуру урока и позволяет быстро проиллюстрировать теоретический материал. Для диагностики внутри предмета наиболее подходят популярные методики, которые достаточно просты в использовании и обработке: опросники, методики незаконченных предложений, анкеты, некоторые рисуночные методики.

Информация, полученная учащимися в ходе таких занятий, способствует развитию у них интереса к интроспективному анализу, формированию рефлексивных компонентов психики, понимание психологических особенностей отдельных людей и механизмов человеческого поведения; дает возможность почувствовать действительное разнообразие людей. Таким образом, диагно-

стика внутри предмета – это методы психологического исследования, применяемые непосредственно для усвоения знаний.

Диагностика усвоения знаний предполагает использование методик, позволяющих выявить объем и структуру усвоенных знаний. Здесь могут быть рекомендованы вербальная ассоциативная методика «Пятиминутка» и методика «Диагностика усвоения знаний», сочинения на психологическую тему и другие контрольные задания (Попова М.В. Психология как учебный предмет в школе: учебно-метод. пособие. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 288 с.).

Критерием оценки успешного продвижения служит сформированность соответствующих отношений, и эта оценка может быть выражена в характеристиках: хорошо владеет знаниями, правильно применяет их на практике, анализирует ситуацию, может управлять своим поведением. Весьма существенную информацию об эффективности усвоения знаний дают методы, используемые для диагностики развития. Это связано с тем, что если усвоение действительно происходит, то его влияние обязательно найдет свое отражение в поведении и особенностях психологического развития подростка.

Диагностика развития предполагает использование более сложных методик. В виде итоговой аттестации используются творческие работы, дневники достижений, выступления с докладами, сообщениями.

Методические пособия для учителя:

1. Методики изучения особенностей общения.
2. Психологические тесты.
3. Репродукции картин, рисунки детей для определения эмоционального состояния человека.

Литература, электронные ресурсы.

Для учителя:

1. Андреева Г.М. Социальная психология: Пособие для студентов / Г.М.Андреева. - М., 2001.
2. Аронсон Э. Общественное животное: Введение в социальную психологию / Э.Аронсон. – М., 1998.
3. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы: Пер. с англ. / Э.Берн. - М.: Современный литератор, 2006.
4. Бодалев А.А. Восприятие человека человеком / А.А.Бодалев. - М., 1992.
5. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга / И.В.Вачков. - М., 2001г.
6. Григорьева Т.Г., Линская Л.В., Усольцева Т.П. Основы конструктивного общения. / Т.Г. Григорьева, Л.В. Линская, Т.П. Усольцева. - Новосибирск, 1997 г.
7. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения / А.Б.Добрович. - М., 1987.
8. Козлов Н.И. Лучшие психологические игры и упражнения / Н.И.Козлов.- Екатеринбург, 1997 г.
9. Коломинский Я.Л. Психология взаимоотношений в малых группах / Я.Л.Коломинский. – Минск, 2000.
10. Кон И.С. Дружба / И.С.Кон. – М., 1980.

11. Кроль Л.М. Человек-оркестр: микроструктура общения / Л.М.Кроль, Е.Л.Михайлова. - М., 1993.
12. Куницына В.Н. Межличностное общение: Учебник для вузов / В.Н.Куницына, Н.В.Казаринова, В.М.Погольша. - СПб., 2001.
13. Микляева А.В. Я – подросток. Мир эмоций. Программа уроков психологии / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2003 г.
14. Микляева А.В. Я – подросток. Встречи с самим собой. Программа уроков психологии / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2003г.
15. Микляева А.В. Я – подросток. Я среди других людей. Программа уроков психологии / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2003 г.
16. Пономаренко П.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников / П.П. Пономаренко, Р.В. Белоусова.- М.: Гуманит. изд.центр «Владос»,2001 г.
17. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. Под ред. И.В.Дубровиной.- Екатеринбург: «Деловая книга», 2000 г.

**Календарно-тематический план на 2023 – 2024 учебный год
по курсу «Психологии» 10 класс**

№	Тема урока	Тип урока, его форма	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки учащихся (результат)	Часы	Дата
1	Предмет и задачи курса	Урок усвоения новых знаний. Лекция с элементами беседы.	Познакомить учащихся с ролью психологии как науки, историей её возникновения, отраслями психологии	Знать: Зачем нужно изучать психологию. Что изучает психология Уметь: Подведение итогов урока (Что запомнилось больше всего, что было наиболее полезно, интересно)	1	05.09
2	Внимание	Урок усвоения новых знаний. Беседа Урок усвоения новых знаний. Беседа с выполнением практических заданий	Познакомить учащихся с понятиями «познавательные процессы» Обучить приемам развития внимания	Знать: Что такое познавательные процессы Определение «внимание» Виды внимания Уметь: - применять способы развития внимания	1	12.09
3	Память	Урок усвоения новых знаний. Рассказ учителя с выполнением практических заданий	Познакомить учащихся с видами памяти и механизмами запоминания. Предоставить возможность выявлять индивидуальные особенности своей памяти.	Знать: - определение «памяти» Виды памяти Условия влияющие на запоминание Уметь: Способы лучшего запоминания	1	19.09
4	Мышление	Урок усвоения новых знаний. Рассказ учителя с выполнением практических заданий	Представление о различных процессах и операциях мышления	Знать: Что такое мышление Виды мышления Пути развития и активизации мышления Уметь: Приёмы развития логического мышления	1	26.09
5	Способно-	Урок усвое-	Представле-	Знать:	1	03.10

	сти. Интеллект	ния новых знаний, умений и навыков. Беседа с выполнением практических заданий Беседа с решением ситуационных задач	ние о способностях	- что такое способности Условие развитие способностей Уметь: - факторы влияющие на развитие способностей - способы измерения интеллекта		
6	Творческие способности. Креативность	Урок усвоения новых знаний. Лекция с элементами беседы	Соотношение креативности и интеллекта	Знать: Что такое творчество Творческие способности Взаимосвязь между креативностью и интеллектом Уметь: Приёмы активизации мыслительной деятельности»	1	10.10
7	Мозг и психика. Межполушарная асимметрия мозга	Урок усвоения новых знаний. Лекция	Особенности функционирования правого и левого полушарий, специализацией полушарий.	Знать: Строение мозга Функции правого и левого полушарий Специализация полушарий Уметь: Как связана межполушарная асимметрия	1	
8	Личность	Урок применение новых знаний, умений и навыков. Практическая работа	Представление о личности как единстве социального и биологического.	Уметь: Что такое индивидуум и личность Структура личности	1	17.10
9-10	Психоаналитическая теория личности (З. Фрейд)	Урок применения новых знаний, умений и навыков. Практическая работа	Основы положения психоанализа	Знать: Теории личности Сознательное и бессознательное	2	24.10 07.11
11	Индивидуальная теория личности (А. Адлер)	Урок усвоения новых знаний, умений и навыков. Беседа	Представление о структурных компонентах концепции	Знать: Основные понятия теории Адлера Социальных интерес и стиль жизни	1	14.11
12	Бихевио-	Урок усвое-	Основные по-	Знать:	1	21.11

	ризм	ния навыков и умений. Семинар Практическая работа	ложения теории бихевиоризма и социального научения	Личность и поведение с точки зрения бихевиоризма Социальное научение		
13-14	Гуманистическая теория личности (А. Маслоу)	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Основные принципы гуманистической психологии	Знать: Концепция становления Мотивация. Иерархия потребностей	2	28.11 05.12
15-16	Темперамент	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Психодинамические особенности личности	Знать: Проявление темперамента в разных сферах психики Учение о типах нервной системы Типы темперамента Уметь: Самоанализ с помощью определения своего типа нервной системы и типа темперамента	2	12.12 19.12
17	Характер	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Особенности черт характера	Знать: Что такое характер человека Связь характера и темперамента Уметь: Преобразовывать свой характер в желательную для себя сторону	1	26.12
18	Самосознание. «Я - концепция»	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Структура и функции самопознания	Знать: Процесс самосознания и «Я – образ»	1	09.01.20 24
19-20	Самоотношение	Уроки применения новых знаний, умений и навыков. Защита мини – проектов учащихся	Значение самоуважения, чувства собственного достоинства для жизнедеятельности человека	Уметь: Пути формирования адекватной самооценки	2	16.01. 23.01
21-22	Эмоции и чувства	Уроки усвоения новых знаний, навыков и умений. Беседа с выполнением практических заданий	Важность эмоциональной регуляции жизнедеятельности человека	Знать: Понятия «эмоциональная сфера личности, чувств, эмоций» Уметь: Индицировать эмоциональное состояние других людей	2	30.01
23-24	Любовь	Уроки применения но-	Уникальность переживания	Знать: Любовь в жизни человека	2	

		вых знаний, умений и навыков. Беседа с выполнением практических заданий	чувства любви каждым человеком	Разные стороны чувства любви Уметь: Представление о различных видах любви		
25-26	Экология любви	Уроки применения новых знаний, умений и навыков. Защита мини – проектов учащегося	О «подводных камнях», которые встречаются в отношениях влюблённых людей	Уметь: Различать проявление деструктивных тенденций и насилия в близких отношениях	2	
27-28	Дружба	Урок усвоения новых знаний навыков и умений. Деловая игра	Раскрытие феномена «Дружба»	Знать: Что такое дружба Особенности юношеской дружбы Факторы влияющие на зарождения дружбы Уметь: Развивать навыки конструктивного поведения в дружеских отношениях	2	
29-30	Стресс	Уроки обобщения и систематизации новых знаний. Решение ситуационных задач	Влияние стресса и дистресса на организм и психику человека	Знать: Что такое стресс Стресс и дистресс Фазы развития стресса Уметь: Выработать адаптивную стратегию поведения в стрессовых ситуациях	2	
31	Саморегуляция	Урок усвоения новых знаний. Беседа с решением ситуационных задач	Представление о различных методах саморегуляции эмоциональных состояний	Знать: Что такое Саморегуляция Чувства и их телесное выражение Уметь: Развивать навыки преодоления негативных эмоциональных состояний	1	
32	Профилактика аддиктивного поведения	Урок усвоения новых знаний. Беседа с элементами самостоятельной работы	Знания о вредных последствиях злоупотребления алкоголем и наркотическими веществами	Знать: Почему подростки не слышат предостережений Как влияет курение на внешний вид человека Уметь: Формулировать установку на необходимость здорового образа жизни	1	
33	Позитивное мышление	Урок усвоения новых	Представление о важно-	Знать: Как влияет образ мыслей на	1	

		знаний. Беседа с элементами самостоятельной работы	сти позитивного мышления и его приёмах	жизнь человека Приёмы позитивного мышления Уметь: Развивать навыки позитивного мышления		
34	Обобщение	Уроки обобщения и систематизации знаний. Итоговая диагностика			1	

ИТОГО: 34 часа (1 раз в неделю)

**Календарно-тематический план на 2023 – 2024 учебный год
по курсу «Психология общения» 11 класс**

№	Тема урока	Тип урока, его форма	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки учащихся (результат)	Часы	Дата
1	Общение. Структура и средства общения	Урок усвоения новых знаний. Лекция с элементами беседы.	Значение понятия общение, структура и средства общения	Знать: Знакомство с целями всего курса Общение и его стороны	1	
2-3	Невербальные средства общения	Урок усвоения новых знаний. Беседа с выполнением практических заданий	Приёмы невербальной коммуникации, интерпретация невербальных сигналов	Знать: Основные каналы общения Невербальное общение Позы и жесты Уметь: Наблюдать за жестами, позой, мимикой и даже походкой	2	
4	Речевые средства общения	Урок усвоения новых знаний. Рассказ учителя с выполнением практических заданий	Раскрыть значение интонации в общении и различных речевых средств	Знать: Что такое интонация Темп и громкость речи Форма изложения Уметь: Распознавать эмоциональное состояние человека	1	
5	Позиции в общении	Урок усвоения новых знаний. Рассказ учителя с выполнением практических заданий	Основы теории Э. Берна об эго – состояниях личности	Знать: Различные состояния «Я» Эго – состояние «Родитель», «Взрослый», «Ребёнок» Уметь: Раскрыть преимущества и недостатки разных позиций в общении	1	
6	Стили общения	Урок усвоения новых знаний, умений и навыков Беседа с решением ситуацион-	Представление об особенностях наиболее эффективных в общении стилей	Знать: Виды общения Уметь: Правила этикета в общении	1	

		ных задач				
7	Манипулирование	Урок усвоения новых знаний. Лекция с элементами беседы	Раскрыть один из видов неконструктивного общения	Знать: Что такое манипулирование Причины манипулирования Уметь: Распознавать и противостоять манипулированию со стороны других людей	1	
8	«Что мешает открытому общению?»	Урок - дискуссия	Проверка пройденного материала в форме игры	Уметь: Распознавать и противостоять манипулированию со стороны других людей	1	
9	Механизмы межличностного восприятия	Урок применение новых знаний, умений и навыков. Практическая работа	Познакомить с основными феноменами межличностного восприятия	Знать: Роль первого впечатления Эффект Ошибки превосходства Уметь: Развивать способность более глубокого понимания влияния этих механизмов на процесс общения	1	
10-11	Психологические защиты	Урок применения новых знаний, умений и навыков. Практическая работа	Представление о механизмах психологических защит	Знать: Что такое «Психологические защиты» Уметь: Функции и роли в поведении человека	2	
12	Барьеры общения	Урок усвоения новых знаний, умений и навыков. Беседа	Представление о барьерах в общении, основные психологические феномены, препятствующие эффективному общению	Знать: Что мешает полноценному общению Уметь: Развивать навыки преодоления барьеров в общении	1	
13-14	Конструктивное общение. Контроль эмоций	Урок усвоения навыков и умений. Семинар Практическая работа	Рассмотреть приёмы управления своими эмоциями	Знать: Способы снижения эмоциональной напряженности. Уметь: Развивать способность к выработке собственных способов эффективной коммуникации	2	
15	Активное и пассивное слушание	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Раскрыть важность умения слушать для эффективного общения; познакомить учащихся с видами слушания, техниками активного слушания	Знать: Виды слушания Уметь: Развить навыки эмпатического слушания	1	
16-17	Приёмы и расположение	Урок усвоения навыков	Познакомить учащихся с приемами	Знать: Знаки внимания	2	

	жение к себе. Самопрезентация.	и умений. Практическая работа	расположения к себе собеседника; изучить функции и конструкции комплиментов и других знаков внимания	Комплименты Уметь: Развить навыки использования знаков внимания, эффективной самопрезентации.		
18	Конфликт. Стили разрешения конфликтов	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Познакомить учащихся с понятием «конфликт»; дать представление о различных стилях разрешения конфликта	Знать: Что такое конфликт Основные стили разрешения конфликтов Уметь: Углубить самопонимание путем выявления своего собственного стиля, характерного для поведения в конфликте	1	
19	Управление конфликтом	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Рассмотреть способы конструктивного поведения в конфликте, методы управления конфликтом, роль эмоций в динамике конфликта	Знать: Динамика конфликта Конструктивное разрешение конфликтов Уметь: Развить навыки творческого разрешения конфликтных ситуаций	1	
20-21	Психологические аспекты семейных отношений	Уроки применения новых знаний, умений и навыков.	Рассмотреть некоторые из проблем, возникающих на ранних этапах существования семьи, проанализировать факторы, влияющие на стабильность брака	Уметь: методы конструктивного разрешения семейных конфликтов	2	
22-23	Функции семьи. Стили семейного воспитания	Уроки усвоения новых знаний, навыков и умений. Беседа с выполнением практических заданий	Познакомить учащихся с функциями семьи, более детально остановиться на воспитательной функции; изучить стили гармоничного и негармоничного воспитания; дать представление о психологических проблемах родителей в семьях с негармоничным стилем воспитания	Знать: Значение гармоничных отношений в браке Функции семьи Уметь: понимание собственных ожиданий от брака	2	
24	Интимные отношения	Уроки применения новых знаний,	Повысить уровень культуры учащихся в сфере интимных	Знать: Роль интимных отношений в жизни человека	1	

		умений и навыков.	отношений	Норма и патология		
25	Коллектив и личность	Уроки применения новых знаний, умений и навыков.	Познакомить учащихся с видами малых групп, с этапами формирования коллектива	Уметь: представление о распределении ролей в коллективе	1	
26	Лидерство	Урок усвоения новых знаний навыков и умений.	Познакомить учащихся с типами лидерства, стилями управления коллективом; дать представление о психологических качествах, необходимых лидеру; углубить понимание своих способностей к руководству людьми	Знать: Кто может стать лидером? Психологические качества лидера Типы лидеров Уметь: развить навыки конструктивной презентации лидерских качеств	1	
27	Социально-психологические особенности взаимодействия людей в малой группе. Конформизм	Уроки обобщения и систематизации новых знаний. Решение ситуационных задач	Познакомить учащихся с понятием «групповые нормы», феноменом группового давления, понятием «конформизм», с причинами высокого уровня конформности	Знать: Групповые нормы Конформизм Уметь: развить навыки отстаивания своей позиции в группе	1	
28	Развитие навыков уверенного отказа	Урок усвоения новых знаний. Беседа с решением ситуационных задач	Дать учащимся рекомендации, направленные на развитие способности противостоять давлению сверстников, умения сказать «нет»;	Знать: Почему не всегда удается сказать «нет»? Право на отказ Уметь: сформировать навыки уверенного отказа	1	
29-30	Деловая беседа	Урок усвоения новых знаний. Беседа с элементами самостоятельной работы	Познакомить учащихся с условиями и приемами эффективного ведения деловой беседы, фазами беседы; проанализировать различные тактики и стили ведения беседы	Знать: Деловое общение Функции деловой беседы Уметь: развить навыки правильного построения делового разговора	2	
31	Психоло-	Урок усвое-	Познакомить уча-	Знать:	1	

	гические особенности публичного выступления	ния новых знаний. Беседа	щихся с компонентами и различными стратегиями публичного выступления	Неречевые компоненты публичного выступления Язык выступающего Уметь: развить навыки публичного выступления		
32	Экзамен. Психологические аспекты	Уроки обобщения и систематизации знаний.	Познакомить учащихся с приемами, позволяющими более успешно построить свой ответ на экзамене	Знать: Стратегии построения ответа на экзамене Приемы самонастройки и аутотренинга Уметь: навыки преодоления тревоги и волнения в условиях экзамена	1	
33	Профессиональное самоопределение	Урок игра	Формирование общей готовности к самоопределению, * активизация проблемы выбора профессии; выявление профессиональных интересов и склонностей учащихся; расширение представлений о мире профессий и их особенностях	Профориентационная игра «Подарок»	1	
34	Проектирование профессионального жизненного пути	Уроки обобщения и систематизации знаний.	Дать учащимся представление об основах стратегии выбора профессии, различных факторах, которые нужно учесть при выборе профессии; познакомить учащихся с требованиями, предъявляемыми к различным профессиям (профессионально важные качества); дать общую информацию о высших учебных заведениях, рынке труда	Уметь: навыки использования алгоритма принятия решений	1	

**Тематическое планирование
курса «Я и профессия»**

n/n	Наименование тем	Количество часов
I	Введение. Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана	1
II	Психология личности – 4 ч	
2.1	Самоопределение. Профессиональное самоопределение. Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности. Потребности, их виды	2
2.2	Общение. Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов	2
III	Мир профессий – 15ч	
3.1	Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации. Характеристика труда: характер, процесс и условия труда	4
	Мир профессий	2
3.2	Профессии «на стыке», профессиональные области	2
3.3	Творческий подход в профессии	1
3.4	Характеристика профессий типа «человек – человек»	1
3.5	Характеристика профессий типа «человек – техника»	1

n/n	Наименование тем	Количество часов
3.6	Характеристика профессий типа «человек – знаковая система»	1
3.7	Характеристика профессий типа «человек – природа»	1
3.8	Характеристика профессий типа «человек – художественный образ»	1
3.9	Популярные профессии	1
IV	Профессиональное самоопределение – 10ч	
4.1	Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу»)	2
4.2	Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Специальные способности. Профпригодность. Понятие компенсации способностей	2
4.3	Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах («надо»)	2
4.4	«Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» – «могу» – «надо»	2
4.5	Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии	2
V	Подготовка к будущей карьере – 3ч	
5.1	Понятие карьеры. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования	3
VI	Обобщение – 2ч	
6.1	Построение личного профессионального плана. Зачёт	2
	ИТОГО:	34