

Приложение к ООП СОО

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Ушакинская средняя общеобразовательная школа №1»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по предмету «Основы психологии»

для базового уровня

10-11 класс

п. Ушаки

Тосненского района

Ленинградской области

## **Планируемые результаты обучения данного курса**

### **Личностные результаты**

- опыт самоопределения в жизненной перспективе, определения иерархии целей, реалистичности намерений и др.
- опыт построения рефлексивного отношения к действительности психологического содержания;
- умение замечать и признавать расхождение в декларации целей личного действия и реальных результатах, опыт ответственного отношения к индивидуальной активности;
- обретение привычки «обдумывать свое житье», опыт ценностного отношения к саморефлексии в пространстве межперсонального взаимодействия;
- опыт формулирования (публикации) личной позиции в контексте общегрупповой дискуссии психологического содержания.

### **Метапредметные результаты**

- умение вычитывать научный текст психологического содержания;
- умение схематизировать соотношение психологических понятий, объясняющих природу внутреннего мира человека, закономерности его развития и обучения;
- умение использовать готовые знаковые средства (графики, диаграммы, таблицы, схемы и др.) для иллюстрации, интерпретации, аргументации собственной позиции в общегрупповой дискуссии психологического содержания;
- умение планировать и осуществлять деятельность, направленную на решение задач исследовательского характера (сопоставлять намеренность активности с ее ожидаемым результатом и характером средств, выбранных для реализации замысла в ситуации);
- умение применять индуктивные и дедуктивные способы рассуждений в анализе психологической реальности активности человека;
- умение формулировать аргументированное объяснение психологического содержания активности человека, в т.ч. собственной
- получение опыта работы в команде в ситуации разработки проекта психологического содержания, конструирование опыта рефлексивного отношения к групповой работе, к личному вкладу в общий результат

### **Предметные результаты**

- опыт различения житейского и научного толкования внутреннего мира человека на основе заданных критериев дифференциации;

- получение знания о способах изучения поведения (активности) человека в проекции различных психологических подходов, о специфике проектирования средств вмешательства в активность человека в случае необходимости;
- получение знания о родовых способностях человека, их природе, способах освоения в процессе развития и социализации;
- опыт объективации и конструирования Я-концепции, проектирования перспективы самоопределения.
- опыт различения утилитарно-вещного отношения к человеку как носителю набора полезных качеств и нравственного отношения к человеку;
- умение формулировать аргументированные суждения, объясняющие психологическую природу различных форм активности человека;
- умение оценивать ситуации межперсональных контактов с различных точек зрения, определять природу противоречий, затрудняющих продуктивный характер коммуникаций;
- умение проектировать условия и средства продуктивной коммуникации в контексте учебной деятельности.

## Содержание учебного предмета

**10 класс. 34 часа**

### **Введение в психологию.**

*Предмет и задачи психологии.*

Психология, как наука. Задачи психологии. Психика, как свойство мозга. Основные формы проявления психики и их взаимосвязь. Личность, как психологическое понятие.

*Отрасли и методы психологии.*

Отрасли психологии: общая психология, возрастная психология, педагогическая психология, социальная психология и др. Методы психологии: наблюдение, эксперимент, тесты, опросы, экспертные оценки, статистические методы и др.

Практическая работа: используя один из методов психологии, провести самостоятельное исследование и проанализировать результаты.

### **Познавательные процессы**

*Ощущения, восприятие и представления.*

Ощущение. Виды ощущений. Закономерности ощущений. Порог чувствительности. Восприятие. Типы восприятия. Свойства восприятия. Виды восприятия. Представления.

Экспериментальные опыты: явления цветового контраста, порога различения отрезков, выделение фигуры из фона, расслоение изображения на фигуру и фон.

### *Внимание.*

Внимание, как психический процесс. Виды внимания. Свойства внимания. Изучение особенностей внимания и методы его развития.

Практическая работа: изучить особенности внимания одного из школьников и проанализировать результаты.

### *Память.*

Память, как психический процесс. Процессы памяти. Виды памяти. Личностные проявления памяти. Мнемотехнические приёмы запоминания.

Практическая работа: изучить особенности памяти одного из школьников и проанализировать результаты.

### *Мышление.*

Мышление, как психический процесс. Виды мышления. Этапы мыслительной задачи. Характеристика мыслительных операций. Качества умственной деятельности. Единство мышления и речи. Индивидуальные особенности мышления. Методы диагностики интеллектуальных особенностей человека.

Практическая работа: изучить особенности мышления одного из школьников и проанализировать результаты.

### *Воображение и творчество.*

Воображение, как психический процесс. Природа и своеобразие воображения, как познавательного психического процесса. Виды воображения. Способы создания образов воображения. Место воображения в творческой деятельности человека. Методы изучения воображения и творческих особенностей человека.

Практическая работа: изучить творческие особенности одного из школьников и проанализировать результаты. Тестирование по разделу «Познавательные процессы».

## **Индивидуально-психологические особенности личности**

### *Темперамент.*

Организм, нервная система и темперамент. Основные свойства темперамента. Отличительные признаки темперамента. Психологическая характеристика типов темперамента. Методы диагностики темперамента.

Подготовка рефератов и презентаций по темам: «Можно ли изменить темперамент?», «Темперамент и стиль деятельности», «Темперамент и особенности умственной деятельности», «Влияние темперамента на выбор профессии». Практическая работа: изучить особенности темперамента одного из школьников и проанализировать результаты.

### *Характер.*

Темперамент и характер. Структура характера. Классификация черт характера. Условия формирования характера. Акцентуации характера. Методы изучения характера.

Практическая работа: изучить особенности характера одного из школьников и проанализировать результаты.

#### *Способности.*

Понятие о способностях. Виды способностей. Задатки и способности. Структура способностей. Условия формирования способностей. Талант и одарённость. Методы изучения способностей.

Подготовка рефератов и презентаций на тему «Уникальные способности человека» на примере конкретных людей.

#### *Личность и профессия.*

Психологические основы профессиональной ориентации. Общее понятие о профессиональной пригодности и. Психологическая структура профессиональной деятельности. Формула профессии. Профессиональные интересы, склонности и способности. Методы диагностирования профессиональной пригодности.

Подготовка и защита личного профессионального плана «Моя будущая профессия». Тестирование по разделу «Индивидуально-психологические особенности личности»

#### **Эмоционально-волевая сфера личности**

##### *Чувства.*

Понятие об эмоциях и чувствах. Виды эмоциональных процессов и состояний. Эмоции и чувства как продукт работы организма. Стресс и фрустрация, аффект, агрессивность. Методы изучения чувств.

Практическое занятие: «Управление эмоциями. Овладение навыками саморегуляции. Кинезиологические упражнения. Релаксация». Рефераты «Методы эмоционального контроля».

##### *Воля.*

Природа и сущность волевой регуляции. Волевые свойства личности. Структура волевого действия. Воспитание и развитие воли.

Презентации «Как развивать волю?». Тестирование по разделу «Эмоционально-волевая сфера личности»

### **Основное содержание учебного предмета**

**11 класс. 34 часа**

#### **Личность в деятельности и общении**

*Соотношение понятий - «человек», «личность», «индивидуальность».*

Личность, как базовое понятие в психологии. Индивид, человек, как представитель биологического вида. Критерии сформировавшейся личности.

*Психологическая структура личности.*

Отечественный подход к изучению структуры личности. Зарубежные теории.

*Направленность личности.*

Структура личностной направленности. Виды направленности и их характеристика.

Практическая работа: изучить особенности одного из видов направленности школьников и проанализировать результаты.

*Потребности личности.*

Виды потребностей. Социальные потребности личности. Потребности и мотивы личности. Потребности и интересы личности. Духовные потребности личности.

Практическая работа: изучить потребности школьников старших и младших классов и проанализировать результаты.

*Личность и деятельность.*

Общее понятие о деятельности как форме взаимодействия человека с окружающей средой. Физиологический, психологический, социальный аспект деятельности личности. Структура деятельности.

Рефераты и презентации по теме «Личность и деятельность», «Классификация видов деятельности», «Психологическая характеристика игры», «Психологическая характеристика учения», «Психологическая характеристика трудовой деятельности».

*Общение и межличностные отношения.*

Понятие об общении. Функции общения. Общение и личность. Общение, как взаимодействие. Перцептивная сторона общения. Деловое общение. Педагогическое общение: общение учителя и обучающихся, общение в учительском коллективе.

Тренинг общения.

*Группы и коллективы.*

Социально-психологическая характеристика группы и коллектива: понятие группы в социальной психологии, классификация групп, развитие группы, как коллектива. Основные характеристики коллектива. Межличностные и межгрупповые отношения. Методы их изучения. Социально-психологический климат в коллективе.

Практическая работа: изучить межличностные отношения в одном из школьных классов и проанализировать результаты; изучить уровень сотрудничества в одном из классов школы и проанализировать результаты.

*Уровни развития коллектива.*

А. Макаренко и А. Петровский, А. Лутошкин об уровнях развития коллектива.  
Основные элементы работы в группе.

Тренинг по сплочению коллектива.

*Взаимодействия и взаимоотношения между людьми.*

Вербальное и невербальное общение. Межличностное взаимодействие.  
Межгрупповое взаимодействие. Виды взаимоотношений (деловые, личные). Система взаимоотношений.

Презентация об особенностях вербального и невербального общения.

Практическая работа: изучить особенности взаимодействия ребёнка и родителя и проанализировать результаты.

*Конфликты и способы их разрешения.*

Конфликт в общении. Причины конфликтов. Типы конфликтов. Динамика развития конфликтов. Стратегии поведения человека в условиях конфликта. Социально-психологические способы управления конфликтами. Правила поведения в конфликтных ситуациях. Методы улучшения взаимоотношений. Внутриличностный конфликт.

Тренинг по конфликтологии.

*Медиация, как способ взаимовыгодного разрешения конфликтных ситуаций*

Нормативно-правовое регулирование института медиации. Принципы медиации. Функции медиации. Стадии медиации. Техники коммуникации.

Медиативное разрешение конфликтных ситуаций (спроектированные ситуации из жизни школы). Тестирование по разделу «Личность в деятельности и общении».

## **Возрастная психология**

*Младенчество*

Характеристика возраста. Ведущая деятельность. Линии развития. Формы общения. Ранняя социализация.

*Раннее детство*

Социальная ситуация развития. Развитие познавательной сферы ребёнка. Личностные образования. Кризис 3-х лет. Ведущий вид деятельности.

*Дошкольное детство*

Социальная ситуация развития. Ведущая деятельность. Развитие познавательной сферы. Развитие мотивационной сферы и самосознания.

*Младший школьный возраст*

Социальная ситуация развития. Ведущая деятельность. Развитие познавательной сферы. Развитие мотивационной сферы и самосознания.

Практическая работа: исследование когнитивной сферы младших школьников и их личностных качеств. Проанализировать результаты.

*Подростковый возраст*

Общая характеристика подросткового возраста. Анатомо-физиологические особенности. Развитие познавательной сферы. Эмоциональная сфера. Личность подростка. Причины неустойчивости поведения. Общение со сверстниками.

Практическая работа: исследование когнитивной сферы и личностных особенностей подростков. Проанализировать результаты.

*Юность.*

Юность, как стадия жизненного пути. Психическое развитие и формирование личности. Взаимоотношения со взрослыми. Общество сверстников и юношеская субкультура. Дружба. Социальное самоопределение.

Практическая работа: исследование своих личностных особенностей. Проанализировать результаты. Тестирование по разделу «Возрастная психология».

**Учебно-тематический план  
10 класс. Базовый уровень. 34 часа**

№	Разделы, темы	Количество часов в рабочей программе
1	Введение в психологию	<b>2</b>
2	Познавательные процессы	<b>12</b>
3	Индивидуально-психологические особенности личности	<b>12</b>
4	Эмоционально-волевая сфера личности	<b>7</b>
5	Повторение	<b>1</b>
	Всего часов	34ч

**Учебно-тематический план  
11 класс. Базовый уровень. 34 часа**

№	Разделы, темы	Количество часов в рабочей программе
1	Личность в деятельности и общении	<b>22</b>
2	Возрастная психология	<b>12</b>
	Всего часов	34ч