

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Алтайского края

Комитет по образованию города Барнаула

МБОУ "Лицей №129"

РАССМОТРЕНО

Ученый совет

ИнБиоХим

АлтГТУ

им.И.И.Ползунова

Протокол № 1

от 18.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Педагогический совет

Протокол № 1 от 25.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

_____ Кутлан С.Н.

Приказ №191-осн

от 25.08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Психология»

для обучающихся 10-11 классов

Барнаул 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа по психологии для 10-11 класса разработана в соответствии с Федеральным компонентом государственного образовательного стандарта среднего общего образования (ФГОС СОО, утвержденный Приказом Минобрнауки РФ от 17.05.2012 номер 413, с изменениями, в действующей редакции).

Программа детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития учащихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения психологии, которые определены стандартами образования. Программа рассчитана на 2 года обучения по данной дисциплине для каждого класса.

Рабочая программа по психологии представляет собой целостный документ, включающий следующие разделы: пояснительную записку, учебно-тематический план, перечень учебно-методического обеспечения, календарно-тематический план.

Важнейшее значение данной дисциплины является владение достаточной информацией при выборе дальнейшего профессионального образования и трудовой деятельности.

Данный учебный курс направлен на решение психолого-педагогических задач, обеспечивающих становление личности ребенка:

- формирование общих представлений о психологии как науке;
- пробуждение интереса к другим людям и самому себе;
- развитие интеллектуальной сферы;
- развитие самосознания, эмоциональной сферы.

Курс предмета в школе основывается на приобретении прочных знаний и овладении каждым школьником элементарной психологической культурой, которая является частью общей культуры и обеспечивает ему полноправное вступление в самостоятельную жизнь, развитие готовности к полноценному взаимодействию с миром.

Цель изучения психологии в школе – первоначальное знакомство с миром психических явлений для формирования мировоззрения учащихся; знакомство с психологией как средством познания других людей; знакомство с познавательными процессами, волевыми и эмоциональными явлениями и индивидуальными особенностями личности человека в целях самопознания, саморазвития, понимания других людей; знакомство с психологией общения, методами речевого и неречевого общения; профориентация.

Общая характеристика учебного предмета

Преподавание курса психологии представляется актуальной и важной задачей образования, получившего социальный заказ на подготовку подрастающего поколения к жизни в правовом демократическом государстве. Именно личностные, психологические факторы выступают на первый план в работе над этой важной задачей. Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, понимание интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить свои отношения с окружающими, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом - все это относится к необходимым компонентам личности гражданина демократического общества.

Освоение учебного материала даст обучающимся возможность приблизиться к пониманию феномена человека, уникальности его внутреннего мира и неразрывной связи с миром внешним, другими людьми, нациями, человечеством в целом. Обучающиеся смогут научиться моделировать свое будущее, принимать решения, делать выбор и нести за него ответственность, отстаивать свои права, уважая интересы других людей, что позволит ощущать себя полноправными гражданами общества, активными субъектами деятельности и социальной действительности.

В 10-м классе обучающиеся знакомятся с видами жизненного самоопределения человека: личностным, профессиональным, социальным; усваивают сущность понятия психологиче-

ской готовности к самоопределению, осознают, что юношеский возраст является наиболее благоприятным и ответственным периодом самоопределения.

В 11-м классе обучающиеся знакомятся с основными областями применения психологических знаний, получают представление о различных аспектах психологической культуры как части общей культуры и ее роли в повседневной жизни человека.

Место учебного предмета в учебном плане

Учебный план гимназии отводит на изучение психологии на уровне среднего общего образования в профильных классах педагогического направления - 68 часов за два года обучения.

Распределение нагрузки по классам

Класс	10	11
Всего часов в неделю	2	2
Всего часов в год	68	68

10 класс

Количество часов

Всего – 68 часов; в неделю – 2 часа

Согласно рабочему плану МБОУ «Лицей №129» - 34 недели.

11 класс

Количество часов

Всего – 68 часов; в неделю – 2 часа

Согласно рабочему плану МБОУ «Лицей №129» - 34 недели.

Тематический план

10 класс «Основы психологии»

№ п/п	Разделы, темы	Количество часов
1	Познавательные процессы, способности	40
2	Возрастные периоды развития. Юношество	4
3	Саморегуляция.	4
4	Личность	8
5	Темперамент. Характер	10
Промежуточная аттестация в форме эссе		2

11 класс «Психология общения»

№ п/п	Разделы, темы	Количество часов
1	Самоопределение	4
2	Выбор профессии. Профориентация	10
3	Общение	26
4	Конструктивное преодоление конфликтов	26
Зачет. Итоговая аттестация в форме эссе. Эссе на тему по выбору		2

Календарно-тематическое планирование
Содержание курса психологии

10 класс «Основы психологии»

Номер урока	Количество часов	Тема урока
1	2	Вводное занятие. Цели и задачи курса. Предмет психологии. История развития психологии. Наука «психология».
2	2	Познавательные процессы человека – ощущения, восприятие, память, мышление, воображение, эмоции и чувства, воля, речь.
3	2	Тест «Моё дерево». Интерпретация
4	2	Выявление уровня развития невербального интеллекта. Тест интеллектуального потенциала (П. Ржичан)
5, 6, 7	6	Вербальное и невербальное общение. Эмоции. Основные и смешанные эмоции (модель Р.Плучика). Эмоциональный интеллект. Эмоциональная грамотность. Связь эмоционального интеллекта и успешности человека. Подавление эмоций. Управление эмоциями. Выражение эмоций в разных культурах и народностях.
8	2	Тест на эмоциональный интеллект. Интерпретация результатов теста
9	2	Внимание. Память. Мышление. Приёмы развития логического мышления. Позитивное мышление. Мозг и психика. Как научить мозг учиться.
10	2	Типы мышления - предметно-действенное, абстрактно-символическое, словесно-логическое, наглядно-образное, креативное (творческое). Тест на определение типа мышления (Методика «Тип мышления» (в модификации Г.В. Резапкиной).
11	2	Индивидуальные особенности и свойства личности. Способности. Задачи (основа способностей).
12	2	Выявление индивидуально-типологических различий. Тест «Конструктивный рисунок человека из геометрических фигур». Психогеометрический тест.
13	2	Одарённость как сочетание способностей. Общие способности. Специальные способности (математические, художественные, музыкальные и др.). Методика «Эрудит» (Школьный тест умственного развития / ШТУР под ред. К.М.Гуревича / в модификации Г.В. Резапкиной)
14, 15	4	Способности и талант. Способности и гениальность. Одарённость. Проявление способностей в разном возрасте. Способности к учению, творчеству.
16, 17	4	Тайны наших эмоций и почерка. Есть ли связь с характером? Графологический тест.
18	2	Интересы и склонности. Тест на исследование профессиональных интересов (Методика «Профиль» А. Е. Голомштока (в модификации Г.В.Резапкиной)).
19	2	Тест на выявление интересов и склонностей. Методика «Карта интересов Голомштока».
20	2	Креативное мышление. Творческая личность. Тест на креативность
21, 22	4	Личность. Разные теории личности в психологии (З.Фрейд, А.Адлер, А.Маслоу и др.)
23	2	Защитные механизмы психики человека (по З.Фрейду и А.Адлеру). Развитие навыков распознавание и анализа особенностей проявлений психологических защитных механизмов
24	2	Самосознание. Самоотношение. Понятие «Я-концепции». Тест на само-

		сознание (каков наш взгляд на реальность)
25	2	Возрастные периоды развития. Роль наследственности, среды и воспитания в развитии.
26	2	Юношество. Возрастные особенности старшеклассника
27, 28	4	Саморегуляция. Стресс и дистресс. Как бороться со стрессом. Пути адаптивной стратегии поведения в стрессовых ситуациях. Аутотренинг, релаксация. Тесты на стрессоустойчивость. Тест «Отчаянный ли ты человек»
29	2	Что такое характер. Черты характера: нравственные и волевые черты характера. Черты характера и способности
30	2	Тест «Нарисуем свой характер». Интерпретация результатов теста
31	2	Темперамент. Психологические характеристики темпераментов
32	2	Темперамент и общение. Темперамент и характер. Темперамент и способности
33	2	Тест «Знаешь ли ты свой темперамент»
34	2	Промежуточная аттестация в форме эссе. Эссе на тему «Я и психология»

11 класс

11 класс «Психология общения»

Номер урока	Количество часов	Тема урока
1	2	Вводное занятие. Цель и задачи курса. Краткое изложение пройденного изучения психологии в 10 классе
2	2	Особенности развития личности. Юность – пора самоопределения. Жизненные ценности. Смысл жизни. Просмотр видеоролика беседы психолога с подростками. Совместное обсуждение.
3	2	Моделирование своего будущего. Стратегии выбора профессии. Повторный профориентационный тест
4	2	Мотивация. Виды мотивации. Мотивирующие фразы
5	2	Схема построения личной профессиональной перспективы. Методика ЛПП (по Н.С.Пряжникову)
6	2	Профессиональный тип личности (методика Голланда)
7	2	Психология общения. Невербальные средства общения. Овладение приемами невербальной коммуникации, развитие навыков интерпретации невербальных сигналов в общении. Освоение правил этикета
8	2	Речевые средства общения. Стили общения. Тест «Потребность в общении»
9	2	Самооценка. Тест на определение своей самооценки. Как влияет самооценка на наше поведение
10	2	Барьеры в общении. Конструктивное общение
11	2	Неконструктивное общение. Манипулирование. Скрытая манипуляция. Причины манипуляции. Противостояние манипулированию. Тест «Манипулятор ли вы?»
12	2	Активное и пассивное слушание
13, 14	4	Агрессия. Агрессивность. Тест А.Ассингера («Оценка агрессивности в отношениях»). Как справиться с агрессией.
15, 16	4	Приемы расположения к себе партнера. Самопрезентация. Овладение навыками самопрезентации. Составление резюме

17	2	Деловая беседа. Психологические особенности публичного выступления. Эффективные приемы ведения деловой беседы.
18, 19	4	Обида. Обидчивость. Как справиться с обидой. Тест «Обидчивый ли вы человек»
20, 21	4	Коллектив и личность. Лидерство. Психологические качества лидера. Тест на определение лидерского потенциала
22, 23	4	Конфликт. Виды конфликтов. Конструктивное преодоление конфликтов. Стили разрешения конфликтов
24	2	Управление конфликтом. Тест «Конфликтный ли вы человек?»
25	2	Психологические особенности взаимодействия людей в малой группе. Конформизм. Развитие способности противостоять давлению. Формирование навыков уверенного отказа
26, 27	4	Буллинг. Причины буллинга. Как противостоять буллингу. Наказание.
28, 29	4	Моббинг. Чем моббинг отличается от буллинга. Что делать, если человек подвергается моббингу
30	2	Психология толпы. Кто и почему выходит на протестные акции. Представление о феномене группового давления.
31	2	Психология экстремальных ситуаций для подростков. Аддиктивное поведение. Виды аддикций
32	2	Дружба. Навыки конструктивного поведения в дружеских отношениях. Психологические аспекты семейных отношений. Стили семейного воспитания. Ответственность к чувствам других людей.
33	2	Учет индивидуальных особенностей при выборе профессии. Тест на профориентацию. Анкета «Ориентация» (по Соломину И.Л.). Формирование навыков преодоления тревоги и волнения в условиях экзамена.
34	2	Зачет. Итоговая аттестация в форме эссе. Эссе на тему по выбору

Перечень контрольных и практических работ

Промежуточная аттестация в форме эссе.

Требования к уровню подготовки обучающихся

В ходе изучения курса психологии в 10 классе обучающиеся должны знать/понимать:

- Что такое психология
- Отличие житейской и научной психологии
- Основные отрасли современной психологии
- Что такое познавательные процессы: память, внимание, мышление
- Что такое личность, индивид, индивидуальность
- Структура личности
- Что такое мотив, мотивация, саморегуляция
- Психоаналитическая теория, бихевиоризм
- Что такое темперамент, характер
- Что такое эмоции и чувства
- Основные характеристики чувств

Уровень понимания, а, следовательно, и усвоения этих тем будет зависеть, прежде всего, от тех знаний, которые были получены ранее.

В ходе изучения курса психологии в 11 классе учащиеся должны знать/понимать:

- Что такое психологическая культура личности и проявление ее в общении и отношениях;
- Что такое общение
- Что такое невербальное и речевое общение
- Какие существуют позиции и стили общения

- Что такое межличностное восприятие
- Какие существуют феномены межличностного восприятия
- Что такое конструктивное общение
- Что такое конфликт
- Какие существуют стили поведения в конфликте
- Что такое малая группа и коллектив
- Принципы правления конфликтом
- Какие существуют факторы влияющие на стабильность брака
- Какова роль интимных отношений в жизни человека
- Кто такой лидер. Какие бывают типы лидерства
- Что такое деловое общение
- Различие между любовью и влюбленностью
- Что такое дружба
- Особенности юношеской дружбы

Личностные результаты

1. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.
2. Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
3. Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.
4. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.
5. Стремление к поиску наиболее эффективных способов учебной деятельности.
6. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.
7. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные результаты

1. Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
2. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
3. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
4. Активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач;
5. Определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Методы обучения и контроля

Усвоение учебного материала реализуется с применением основных групп методов обучения и их сочетаний:

1. Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности: словесные (рассказ, беседа), наглядных (иллюстрационных и демонстрационных), практических, и самостоятельная работа учащихся.

2. Методы стимулирования и мотивации учебной деятельности: познавательные игры, творческие задания.

3. Методы контроля и самоконтроля за эффективностью учебной деятельности: индивидуальный опрос, фронтальный опрос, письменные работы.

В процессе изучения курса используются следующие формы контроля: тестовый контроль, проверочные работы, эссе.

Применяются следующие способы обучения: индивидуальный, индивидуально-групповой, групповой, коллективный.

В качестве средств обучения используются: учебно-наглядные пособия (таблицы), организационно-педагогические средства (карточки, раздаточный материал), мультимедийные средства, электронные образовательные ресурсы

В процессе обучения применяются следующие формы организации работы с обучающимися: фронтальная, индивидуальная, парная, групповая, коллективная.

Критерии и нормативы оценки текущих устных работ

Текущий контроль выполняется в устной и письменной форме. Ответ в устной и письменной форме является одним из основных способов учета знаний учащихся по психологии.

Развернутый ответ ученика должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на заданную тему, показывать его умение применять определения, правила в конкретных случаях.

При оценке ответа ученика надо руководствоваться следующими критериями, **учитывать**:

- 1) полноту и правильность ответа;
- 2) степень осознанности, понимания изученного;
- 3) языковое оформление ответа.

Степень выполнения учащимся общих требований к ответу:

«5» 1) ученик полно излагает изученный материал, дает правильное определение основным технологическим понятиям; 2) обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из теоретического материала, но и самостоятельно составленные; 3) излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм психологии.

«4» ученик дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для отметки «5», но допускает 1 - 2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1 - 2 недочета в последовательности излагаемого материала.

«3» ученик обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но: 1) излагает материал неполно и допускает неточности в определении основных психологических понятий; 2) не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; 3) излагает материал непоследовательно и допускает ошибки в излагаемом материале.

Отметка «2» ставится, если ученик обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и основных технологических понятий, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке ученика, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

Отметка «1» **не ставится**.

Отметка («5», «4», «3») может ставиться не только за единовременный ответ (когда на проверку подготовки ученика отводится определенное время), но и за рассредоточенный во времени, т.е. за сумму ответов, данных учеником на протяжении урока (выводится поурочный

балл), при условии, если в процессе урока не только заслушивались ответы учащегося, но и осуществлялась проверка его умения применять знания на практике.

Промежуточный и итоговый контроль проводится в письменной форме (написание эссе).

Примерные нормы оценки эссе

Критерии оценки.

Оценка за творческое эссе выводится из трех показателей:

- соответствие содержания текста выбранной теме;
- наличие четкой и логичной структуры текста;
- наличие в эссе авторской позиции по рассматриваемой проблематике;
- обоснованность, аргументированность, доказательность высказываемых положений и

выводов автора.

Нормы оценки эссе по психологии.

Оценка "5" ставится, если содержание текста соответствует выбранной теме; наличие четкой и логичной структуры текста; наличие в эссе авторской позиции по рассматриваемой проблематике; обоснованность, аргументированность, доказательность высказываемых положений и выводов автора, показаны умения анализировать и делать выводы по итогам своей работы. Работа выполнена самостоятельно.

Оценка "4" ставится, если содержание текста соответствует выбранной теме; наличие четкой и логичной структуры текста; наличие в эссе авторской позиции по рассматриваемой проблематике; обоснованность, аргументированность, доказательность высказываемых положений и выводов автора, показаны умения анализировать и делать выводы по итогам своей работы. Могут быть допущены незначительные ошибки в изложении содержания. Работа выполнена самостоятельно.

Оценка "3" ставится, если допущены значительные ошибки в содержании эссе, непоследовательно и не в полном объеме излагается материал, неправильно. Самостоятельность в работе была низкой.

Оценка "2" ставится, если обучающийся полностью не усвоил содержание эссе и не смог привести конкретный и основной материалы изложения эссе, самостоятельность в работе отсутствовала.

Оборудование кабинета

Кабинет комплектуется следующим оборудованием:

- ноутбук
- принтер (черно-белой печати, формата А4);
- мультимедийный проектор (потолочное крепление), подключаемый к компьютеру преподавателя;
- экран (настенный);
- акустические колонки в составе рабочего места преподавателя.

Список литературы

1. Психология. 10-11 класс / А.Д. Андреева, Е.Е. Данилова, И.В. Дубровина, Д.В. Лубовский, А. М. Прихожан, Н.Н. Толстых. – М.: 2007.
2. Пономаренко, Л. П. Основы психологии для старшеклассников: пособие для преподавателя: в 2 ч. / Л.П. Пономаренко, Р.В. Белоусова. - М.: Гуманит. Изд. Центр Владос, 2002.
3. Преподавание психологии в школе (3-11 кл.): учебно-методическое пособие под ред. И.В. Дубровиной / А.Д. Андреева, Е.Е. Данилова, И.В. Дубровина, Д.В. Лубовский, А. М. Прихожан, Н.Н. Толстых. - М. , 2007г.
4. Коломенский, Я. Л. Основы психологии: Учебник для учащихся старших классов и студентов первых курсов высших учебных заведений. – М.: АСТ, 2010.
5. Психологические тесты. В 2 т. / под ред. А.А. Карелина. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2007.