

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ГОРОД АРМАВИР

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ-  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №15

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета  
МБОУ-СОШ № 15 МО город Армавир.  
Протокол педсовета №1  
от 31 августа 2023 года  
Председатель \_\_\_\_\_ Золотова И.М.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по элективному учебному предмету «Психология человека»

Уровень образования (класс): основное общее образование (10 класс)

Количество часов: 34

Учитель: Давыдова Татьяна Александровна

Программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования (приказ министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897, с изменениями),

с учетом примерной программы воспитания (протокол ФУМО от 2 июня 2020 г № 2/20),

с учетом программы «Образовательная (просветительская) психолого-педагогическая программа факультативного курса «Психология» для 10 классов», автор М.А. Кутковая, Краснодар: ГБОУ ДПО «Институт развития образования» Краснодарского края, 2020 г.

## **1. Планируемые результаты освоения элективного учебного предмета «Психология человека»**

Программа обеспечивает достижение обучающимися основной общей школы следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

**Личностные** отражают сформированность, в том числе в части:

### **1.Гражданского воспитания:**

- осознание необходимости общественно полезного труда как условия безопасной и эффективной социализации;
- формирование представления о роли и сущности психологии;
- формирование представления о современных тенденциях в психологии.

### **2.Патриотического воспитания и формирования российской идентичности**

- формирование современного научного представления о психологии;
- владение достоверной информацией о передовых достижениях и открытиях мировой и отечественной психологии;

### **3.Духовного и нравственного воспитания детей на основе российских традиционных ценностей**

- освоение социальных норм и правил поведения, роли и формы социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- формирование представления о культуре общения;
- формирование умения делать правильный выбор в общении;
- формирование ценностно – смысловой ориентацию в социальных ролях и межличностных отношениях;
- развитие профессионально важных качеств личности (инициативность, самостоятельность, творческие качества, способность к успешной социализации в обществе, профессиональной мобильности и др).

### **4.Приобщения детей к культурному наследию (Эстетического воспитания)**

- восприятие эстетических качеств предметов труда;
- восприятие эстетического содержания профессиональной деятельности.

### **5.Популяризации научных знаний среди детей (Ценности научного познания)**

- познавательных мотивов, направленных на получение новых знаний по психологии, необходимых для объяснения наблюдаемых процессов и явлений;
- познавательной и информационной культуры, в том числе навыков самостоятельной работы с материалами психологической литературы, справочной литературой. доступными техническими средствами информационных технологий;
- интереса к обучению и познанию, любознательности, готовности и способности к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем;
- освоение ценностно-смысловых основ психологии и наполнение предметных знаний личностным смыслом.

### **6. Физического воспитания, формирования культуры здоровья**

- осознание ценности безопасного образа жизни в современном технологическом мире;

- умение распознавать информационные угрозы и осуществлять защиту личности от этих угроз;

### **7. Трудового воспитания и профессионального самоопределения**

- умение ориентироваться в мире профессий сферы “человек- человек”;

- готовность к выполнению разнообразных видов деятельности (управленческой, проектировочной, исследовательской).

### **8. Экологического воспитания**

- способности применять знания, получаемые при изучении предмета, для решения задач, связанных с окружающей природной средой;

- экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

### **Метапредметные.**

#### **Регулятивные:**

- уметь самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- уметь самостоятельно планировать пути достижения целей,

- уметь соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

#### **Познавательные:**

- уметь определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, устанавливать причинно-следственные связи;

- уметь строить логическое рассуждение, умозаключение и делать выводы;

- умение вычитывать научный текст психологического содержания;

- умение схематизировать соотношение психологических понятий, объясняющих природу внутреннего мира человека, закономерности его развития и обучения;

#### **Коммуникативные:**

- уметь организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;

- уметь формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- владеть арсеналом коммуникативно-речевых стратегий и тактик устно-речевого общения, передачи информации.

### **Предметные:**

- знать различия житейского и научного толкования внутреннего мира человека на основе заданных критериев дифференциации;

- получить знания о способах изучения поведения (активности) человека в проекции различных психологических подходов, о специфике проектирования средств вмешательства в активность человека в случае необходимости;

- получить знания о родовых способностях человека, их природе, способах освоения в процессе развития и социализации;
- получить опыт объективации и конструирования Я-концепции, проектирования перспективы самоопределения.
- приобрести умение проектировать условия и средства продуктивной коммуникации в контексте учебной деятельности.

## 2. Содержание элективного учебного предмета «Психология человека»

Таблица распределения количества часов по разделам и классам.

№ п/п	Разделы, темы	Количество часов		
		Авторская программа	Рабочая программа	10 класс
1.	Введение в психологию.	2	2	2
2.	Познавательные процессы.	4	4	4
3	Чувства и воля	4	4	4
4	Психологические зависимости – способы бегства от действительности	2	2	2
5	Индивидуально – психологические особенности личности	3	3	3
6	Личность и деятельность	4	4	4
7	Медиативные технологии в разрешении споров и конфликтов	15	15	15
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>34</b>

### Раздел I. Введение в психологию

#### Тема 1. Предмет и задачи психологии. Место психологии в системе наук.

##### Методы психологического исследования.

Психология как наука и учебный предмет. Психология в системе научных знаний. Общее понятие о психических процессах, психических состояниях, психических свойствах. Отрасли современной психологии. Зачем нужно изучать психологию? (дискуссия). Основные методы психологии: наблюдение, эксперимент. Эксперимент, виды эксперимента. Вспомогательные методы исследования: анкетирование, психодиагностические методы, метод анализа продуктов деятельности, беседа. Самостоятельная работа: Подготовить сообщение о наиболее заинтересовавшей отрасли психологии.

#### Тема 2. Сознание человека как высшая форма психики. Психика и мозг.

##### Функциональная асимметрия мозга.

Развитие психики животных. Сознание человека как высшая форма психики. Структура сознания. Сознание и бессознательное. Функциональная асимметрия мозга. Практическая работа: Тест «Насколько я левша?» для ориентировочного выявления доминирования правого или левого полушария. Практическая работа: Тест «Насколько я левша?» для ориентировочного выявления доминирования правого или левого полушария.

## **Раздел II. Познавательные процессы.**

### **Тема 3. Ощущения. Виды ощущений. Основные закономерности ощущений. Взаимодействие ощущений. Восприятие. Виды восприятия. Основные свойства восприятия.**

Познание как деятельность. Значение ощущений в познавательной деятельности человека. Виды ощущений: зрительные, слуховые, вибрационные, обонятельные, вкусовые, кожные, двигательные, органические, осязательные, болевые, ощущения равновесия. Основные закономерности ощущений. Взаимодействие ощущений, компенсаторные возможности.

Что такое восприятие. Виды восприятия. Основные свойства восприятия: предметность, целостность, осмысленность, избирательность, апперцепция, иллюзии восприятия. Индивидуальные особенности восприятия.

Практическая работа: Предмет и фон в восприятии: профиль молодой и пожилой женщины, лестница Шрёдера. Иллюзии восприятия: круги, иллюзия параллелограмма, иллюзия Мюллера - Лайера.

### **Тема 4. Внимание. Виды внимания. Основные свойства внимания.**

Внимание и рассеянность. Развитие внимания. Память. Виды памяти. Процессы памяти. Индивидуальные особенности памяти.

Понятие о внимании. Физиологические основы внимания. Внимание и личность. Виды внимания: произвольное, непроизвольное, послепроизвольное. Основные свойства внимания: сосредоточенность, устойчивость, объем, распределение, переключение. Нарушения внимания. Внимание и рассеянность. Развитие внимания. Что такое память. Виды памяти: по содержанию – образная, словесно-логическая, двигательная, эмоциональная; по характеру целей деятельности

– произвольная, непроизвольная; по длительности сохранения материала – долговременная, кратковременная, оперативная. Процессы памяти: запоминание, воспроизведение, узнавание, припоминание, сохранение, забывание.

Индивидуальные различия памяти. Развитие памяти. Практические рекомендации по запоминанию учебного материала. Практическая работа: Определение избирательности внимания: методика Мюнстерберга. Опыты на сравнение эффективности смыслового и механического запоминания. Изучение индивидуальных различий памяти учащихся. Приёмы успешного запоминания.

### **Тема 5. Мышление и речь. Основные формы мышления. Мыслительные операции. Виды мышления. Пути развития и активизации мышления.**

Мышление – опосредованное и обобщенное познание окружающего мира. Мышление и речь. Основные формы мышления. Виды мышления: наглядно-образное, наглядно – действенное, логическое. Операции мышления: анализ, синтез, сравнение, обобщение, классификация, абстракция, конкретизация. Пути развития и активизации мышления.

## **Тема 6. Воображение и творчество. Виды воображения.**

Психологические механизмы воображения. Социальная природа воображения. Воображение как специфический вид человеческой деятельности. Виды воображения: активное и пассивное, воссоздающее и творческое.

Творчество. Творческие способности. Креативность. Параметры креативности. Взаимосвязь между креативностью и интеллектом. Развитие творческих способностей. Практическая работа: Тест Торренса.

### **Раздел III. Чувства и воля**

## **Тема 7. Эмоции и чувства. Физиологические основы и внешнее выражение эмоций и чувств. Понятие о стрессе. Способы преодоления стресса.**

Общее понятие об эмоциях и чувствах, их значение в жизни человека. Физиологические механизмы эмоций и чувств. Внешнее выражение эмоций. Эмоциональные состояния и высшие чувства. Виды высших чувств (нравственные, эстетические, интеллектуальные) и их развитие. Понятие о стрессе. Способы преодоления стресса. Практическая работа: Развитие умения идентифицировать эмоциональное состояние других людей по невербальным признакам.

## **Тема 8. Высшие чувства. Любовь и дружба в жизни человека.**

Высшие чувства. Виды высших чувств (нравственные, эстетические, интеллектуальные). Любовь и дружба в жизни человека. Дискуссия на тему любви. Характер отношений между любящими людьми.

Самостоятельная работа. Подобрать примеры высших чувств, одновременно относящихся к разным видам (интеллектуальные, эстетические, нравственные).

## **Тема 9. Роль и функции семьи. Семейные отношения.**

Что такое семья. Функции современной семьи. Психологические особенности мужчин и женщин. Социальные стереотипы мужественности и женственности. Любовь как основа семьи. Семейные отношения. Чего ждут от семейной жизни мужчины и женщины. Психологическая совместимость супругов.

## **Тема 10. Воля. Ступени волевого действия. Волевые качества личности. Основные направления развития воли.**

Общая характеристика воли. Значение воли в учебной, спортивной, трудовой деятельности. Принятие решения и исполнение как этапы волевого действия. Функции воли (контролирующая, регулирующая, стимулирующая). Волевые качества личности (смелость, целеустремленность, настойчивость и т. д.). Развитие и воспитание воли.

Практическая работа: Изучение представления учащихся о собственной волевой сфере. Методика «Круг воли». Определение волевых качеств личности: решительности, настойчивости, смелости, целеустремленности, инициативности, выдержки, дисциплинированности. Самостоятельная работа: Рассмотреть структуру сложного волевого акта на собственном примере.

### **Раздел IV. Психологические зависимости – способы бегства от действительности.**

## **Тема 11. Бегство в иллюзии – наркомания и алкоголизм.**

**Тема 12. Бегство в виртуальный мир – игровая зависимость, интернет-зависимость. Бегство в контакты или в уединение – зависимость от другого человека.**

## **Раздел V. Индивидуально – психологические особенности личности.**

**Тема 13. Темперамент. Физиологические основы темперамента.** Понятие о темпераменте. Физиологические основы темперамента. Типы высшей нервной деятельности и темперамент. Типы темперамента: холерик, сангвиник, меланхолик, флегматик и их психологические характеристики. Проявление качеств личности в зависимости от темперамента. Особенности трудовой и учебной деятельности в зависимости от типа темперамента. Проявление типов темперамента в общении.

Практическая работа: Подростковый вариант опросника Айзенка

### **Тема 14. Характер. Акцентуации характера.**

Понятие о характере. Черты характера. Акцентуации характера. Связь характера и темперамента. Формирование характера.

Практическая работа: Тест акцентуации характера, автор А.С. Прутченков.

### **Тема 15. Способности. Связь способностей с интересами и склонностями. Развитие способностей.**

Понятие о способностях. Задатки как природные предпосылки развития способностей. Виды способностей: общие умственные способности и специальные, уровни развития способностей. Способности и личность. Связь способностей с интересами и склонностями. Развитие способностей.

## **Раздел VI. Личность и деятельность.**

### **Тема 16. Понятие о личности в психологии.**

Понятие о личности в психологии. Личность, индивид, индивидуальность. Структура личности. Направленность личности.

Практическая работа: «Мои ценности»

**Тема 17. Структура мотивационной сферы человека: потребности, мотивы, цели.** Мотивационная сфера личности. Виды мотивов. Мотивы и цели деятельности. Осознаваемые и неосознаваемые мотивы. Потребность как источник мотивации. Иерархия потребностей по А. Маслоу.

### **Тема 18. Самосознание личности. Я – концепция и ее составляющие. Самооценка, уровень притязаний.**

Самосознание личности. Я – концепция и её составляющие: когнитивная, оценочная, поведенческая. Самооценка, уровень притязаний. Практическая работа: Тест М. Куна «Кто Я?», модификация Т.В. Румянцевой. Тест для исследования самооценки, модификация Л.П. Пономаренко.

### **Тема 19. Общее понятие о деятельности. Психологическая характеристика деятельности. Основные виды деятельности. Общение как деятельность. Структура общения. Невербальные и вербальные средства общения.**

Общее понятие о деятельности. Основные виды деятельности. Общение как деятельность. Структура общения: коммуникативная, интерактивная, перцептивная стороны общения. Невербальные средства общения. Роль невербальных средств в передаче информации. Жесты, мимика, походка, межличностное пространство. Вербальные средства общения. Интонация, темп и громкость речи, форма изложения. Практическая работа: Тест «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявского, Б.А. Федоришина. Упражнение «Продемонстрируй состояние», «Передай чувство».

## **Раздел VII. Медиативные технологии в разрешении споров и конфликтов**

## **Тема 20. Конфликт. Стили разрешения конфликтов.**

Что такое конфликт. Причины возникновения конфликтов. Основные стили разрешения конфликтов: стиль конкуренции, стиль уклонения, стиль приспособления, стиль сотрудничества, стиль компромисса. Практическая работа. Тест К. Томаса «Стили разрешения конфликтов»

## **Тема 21. Управление конфликтом**

Динамика конфликта. Конструктивное разрешение конфликтов. Принципы управления конфликтом. Контроль эмоций. Практическая работа. Упражнение «Разногласие». Упражнение Джеффа.

## **Тема 22-23. Эффективная коммуникация в конфликте и общении.**

Механизмы межличностного восприятия. Психологические защиты: вытеснение, проекция, замещение, отрицание, рационализация, регрессия. Барьеры в общении. Конструктивное общение. Контроль эмоций. Конструктивное выражение негативных чувств. Практическая работа. Ролевая игра «Нейтрализация негативных эмоций». Упражнение «Я – высказывание».

## **Тема 24-25. Техники эффективного общения.**

Активное и пассивное слушание. Правила эмпатического слушания. Техника вербализации. Техника противостояния манипуляциям. Техника аргументации. Практическая работа. Упражнения на активное слушание «Перепарфразирование», «Зеркало», «Комплимент». Упражнение «Отражение чувств». Упражнение «Как привлечь собеседника к разговору на интересующую вас тему?»

## **Тема 26-27. Развитие навыков уверенного поведения.**

Тренинг уверенного поведения.

## **Тема 28-29. Психологические особенности публичного выступления. Навыки самопрезентации.**

Неречевые компоненты публичного выступления. Начало выступления. Речь выступающего. Контроль эмоций. Практическая работа. Упражнение: подготовка доклада, презентации. Выступление.

## **Тема 30-31. Психологическая подготовка к экзаменам.**

## **Тема 32-33. Проектирование профессионального жизненного пути.**

Выбор профессии. Условия выбора профессии. Возможные затруднения при выборе профессии. Профессионально важные качества профессий. Процесс принятия решений. Ошибки при выборе профессии. Практическая работа. Деловая игра «Прием на работу».

## **Тема 34. Итоговое занятие. «Круглый стол».**

### **Характеристика основных содержательных линий**

Содержательные линии предусматривают освоение программного материала по следующим разделам, которые направлены на развитие учащихся.

В ходе изучения раздела «Введение в психологию» учащиеся знакомятся с предметом и задачами психологии, ее местом в системе наук, понятием сознание человека как высшей формой психики.



Изучение раздела «Познавательные процессы» позволит познакомить с основными познавательными процессами: ощущения, восприятия, памяти, внимания, мышления и раскрыть их влияние на деятельность человека.

При изучении раздела «Чувства и воля» учащиеся ознакомятся с физиологическими основами и внешнем выражением эмоций и чувств, с ролью и функциями семьи, с понятием воли.

Раздел «Психологические зависимости» даст возможность познакомить с видами зависимостей человека: алкогольной, наркотической, игровой и их отрицательным воздействием на психику человека.

В ходе изучения раздела «Индивидуально – психологические особенности личности» изучаются физиологические основы темперамента, акцентуации характера, виды способностей человека и их развитие.

Раздел «Личность и деятельность» знакомит с понятием личности в психологии, ее направленностью, с иерархией потребностей по А. Маслоу, Я –концепцией, раскрывает понятие деятельности, ее виды.

Изучение раздела «Медиативные технологии в разрешении споров и конфликтов» позволит раскрыть понятие конфликта, познакомить с техникой эффективного общения.

### **Перечень практических работ**

1. Тест «Насколько я левша?»
2. Предмет и фон в восприятии. Иллюзии восприятия
3. Определение избирательности внимания: методика Мюнстерберга.
4. Тест Торренса.
5. Развитие умения идентифицировать эмоциональное состояние других людей по невербальным признакам.
6. Изучение представления учащихся о собственной волевой сфере. Методика «Круг воли». Подростковый вариант опросника Айзенка
7. Тест акцентуации характера, автор А.С Прутченков
8. «Мои ценности»
9. Тест М. Куна «Кто Я?», модификация Т.В. Румянцевой. Тест для исследования самооценки, модификация Л.П. Пономаренко.
10. Тест «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявского, Б.А. Федоришина.
11. Тест К. Томаса «Стили разрешения конфликтов»
13. Упражнение «Разногласие». Упражнение Джеффа.
14. Ролевая игра «Нейтрализация негативных эмоций».
15. Упражнения на активное слушание.
16. Упражнение: подготовка доклада, презентации. Выступление
17. Деловая игра «Прием на работу»

Порядок изучения тем определен содержанием рабочей программы.

**3. Тематическое планирование элективного учебного предмета «Психология человека» с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы и характеристики основных видов деятельности ученика**

Раздел	Количество часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
<b>10 класс (34 часа)</b>			
<b>Введение в психологию</b>	<b>2</b>		
<p><b>Тема: Предмет и задачи психологии. Место психологии в системе наук. Методы психологического исследования.</b></p> <p>Психология как наука и учебный предмет. Психология в системе научных знаний. Общее понятие о психических процессах, психических состояниях, психических свойствах. Отрасли современной психологии. Зачем нужно изучать психологию? (дискуссия). Основные методы психологии: наблюдение, эксперимент. Эксперимент, виды эксперимента. Вспомогательные методы исследования: анкетирование, психодиагностические методы, метод анализа продуктов деятельности, беседа.</p>	1	Знакомиться с предметом психология в системе научных знаний изучают методы психологии, самостоятельно готовят сообщение о наиболее заинтересовавшей отрасли психологии.	1, 2

<p><b>Тема: Сознание человека как высшая форма психики. Психика и мозг. Функциональная асимметрия мозга.</b></p> <p>Развитие психики животных. Сознание человека как высшая форма психики. Структура сознания. Сознание и бессознательное. Функциональная асимметрия мозга. Практическая работа: Тест «Насколько я левша?» для ориентировочного выявления доминирования правого или левого полушария. Практическая работа: Тест «Насколько я левша?» для ориентировочного выявления доминирования правого или левого полушария.</p>	1	<p>Знакомятся со структурой сознания, выявляют с помощью теста доминирования правого или левого полушария</p>	5
<p><b>Познавательные процессы.</b></p>	4		
<p><b>Тема: Ощущения. Виды ощущений. Основные закономерности ощущений. Взаимодействие ощущений. Восприятие. Виды восприятия. Основные свойства восприятия.</b></p> <p>Познание как деятельность. Значение ощущений в познавательной деятельности человека. Виды ощущений: зрительные, слуховые, вибрационные, обонятельные, вкусовые, кожные, двигательные, органические, осязательные, болевые, ощущения равновесия. Основные закономерности ощущений. Взаимодействие ощущений, компенсаторные возможности. Что такое восприятие. Виды восприятия. Основные свойства восприятия: предметность, целостность, осмысленность,</p>	1	<p>Знакомятся с основными видами ощущений, свойствами восприятия, учатся определять индивидуальные особенности восприятия</p>	5

<p>избирательность, апперцепция, иллюзии восприятия. Индивидуальные особенности восприятия. Практическая работа: Предмет и фон в восприятии: профиль молодой и пожилой женщины, лестница Шрёдера. Иллюзии восприятия: круги, иллюзия параллелограмма, иллюзия Мюллера - Лайера.</p>			
<p><b>Тема : Внимание. Виды внимания. Основные свойства внимания.</b>  Внимание и рассеянность. Развитие внимания. Память. Виды памяти. Процессы памяти. Индивидуальные особенности памяти. Понятие о внимании. Физиологические основы внимания. Внимание и личность. Виды внимания: произвольное, непроизвольное, послепроизвольное. Основные свойства внимания: сосредоточенность, устойчивость, объем, распределение, переключение. Нарушения внимания. Внимание и рассеянность. Развитие внимания. Что такое память. Виды памяти: по содержанию – образная, словесно-логическая, двигательная, эмоциональная; по характеру целей деятельности – произвольная, непроизвольная; по длительности сохранения материала – долговременная, кратковременная, оперативная. Процессы памяти: запоминание, воспроизведение, узнавание, припоминание, сохранение, забывание. Индивидуальные различия памяти. Развитие памяти. Практические рекомендации по запоминанию</p>	<p>1</p>	<p>Знакомятся с физиологическими основами внимания и памяти, овладевают методами изучения внимания. Изучают индивидуальные различия памяти, осваивают приёмы успешного запоминания.</p>	<p>5</p>

<p>учебного материала. Практическая работа: Определение избирательности внимания: методика Мюнстерберга. Опыты на сравнение эффективности смыслового и механического запоминания. Изучение индивидуальных различий памяти учащихся. Приёмы успешного запоминания</p>			
<p>Тема: <b>Мышление и речь.</b> <b>Основные формы мышления.</b> <b>Мыслительные операции.</b> <b>Виды мышления. Пути</b> <b>развития и активизации</b> <b>мышления.</b> Мышление – опосредованное и обобщенное познание окружающего мира. Мышление и речь. Основные формы мышления. Виды мышления: наглядно– образное, наглядно – действенное, логическое. Операции мышления: анализ, синтез, сравнение, обобщение, классификация, абстракция, конкретизация. Пути развития и активизации мышления.</p>	1	<p>Знакомятся с основными видами мышления, овладевают методами активизации мышления</p>	5
<p>Тема: <b>Воображение и</b> <b>творчество. Виды</b> <b>воображения.</b> Психологические механизмы воображения. Социальная природа воображения. Воображение как специфиче- ский вид человеческой деятельности. Виды воображения: активное и пассивное, воссоздающее и творческое.. Творчество. Творческие способности. Креативность. Параметры креативности. Взаимосвязь между креативностью и</p>	1	<p>Изучают психологические механизмы воображения, учатся определять свою креативность, овладевают методами развития творческих способностей</p>	5

интеллектом. Развитие творческих способностей. Практическая работа: Тест Торренса.			
<b>Чувства и воля</b>	<b>4</b>		
<p><b>Тема: Эмоции и чувства. Физиологические основы и внешнее выражение эмоций и чувств. Понятие о стрессе. Способы преодоления стресса.</b></p> <p>Общее понятие об эмоциях и чувствах, их значение в жизни человека. Физиологические механизмы эмоций и чувств. Внешнее выражение эмоций. Эмоциональные состояния и высшие чувства. Виды высших чувств (нравственные, эстетические, интеллектуальные) и их развитие. Понятие о стрессе. Способы преодоления стресса. Практическая работа: Развитие умения идентифицировать эмоциональное состояние других людей по невербальным признакам.</p>	1	<p>Знакомятся с общими понятиями об эмоциях и чувствах, развивают умения идентифицировать эмоциональное состояние других людей по невербальным признакам. Овладевают методами борьбы со стрессом</p>	6
<p><b>Тема: Высшие чувства. Любовь и дружба в жизни человека.</b></p> <p>Высшие чувства. Виды высших чувств (нравственные, эстетические, интеллектуальные). Любовь и дружба в жизни человека. Дискуссия на тему любви. Характер отношений между любящими людьми. Самостоятельная работа. Подобрать примеры высших чувств, одновременно относящихся к разным видам (интеллектуальные, эстетические, нравственные).</p>	1	<p>Знакомятся с видами высших чувств. Самостоятельно подбирают примеры высших чувств, одновременно относящихся к разным видам (интеллектуальные, эстетические, нравственные).</p>	3

<p><b>Тема: Роль и функции семьи. Семейные отношения.</b>          Что такое семья. Функции современной семьи.          Психологические особенности мужчин и женщин. Социальные стереотипы мужественности и женственности. Любовь как основа семьи. Семейные отношения. Чего ждут от семейной жизни мужчины и женщины. Психологическая совместимость супругов</p>	1	Рассматривают роль и функции семьи, изучают семейные отношения.	3
<p><b>Тема: Воля. Ступени волевого действия. Волевые качества личности. Основные направления развития воли.</b>          Общая характеристика воли. Значение воли в учебной, спортивной, трудовой деятельности. Принятие решения и исполнение как этапы волевого действия. Функции воли (контролирующая, регулирующая, стимулирующая). Волевые качества личности (смелость, целеустремленность, настойчивость и т. д). Развитие и воспитание воли. Практическая работа: Изучение представлений учащихся о собственной волевой сфере. Методика «Круг воли». Определение волевых качеств личности: решительности, настойчивости, смелости, целеустремленности, инициативности, выдержки, дисциплинированности.</p>	1	Знакомятся с понятием воля, учатся самостоятельно определять свои волевые качества личности: Рассматривают структуру сложного волевого акта на собственном примере	3
<p><b>Психологические зависимости - способы бегства от действительности.</b></p>	2		
<p><b>Тема: Бегство в иллюзии – наркомания и алкоголизм.</b></p>	1	Изучают различные виды зависимостей человека ,	6

Тема : <b>Бегство в виртуальный мир – игровая зависимость, интернет- зависимость. Бегство в контакты или в уединение – зависимость от другого человека.</b>	1	их отрицательное воздействие на психику человека	6
<b>Индивидуально – психологические особенности личности</b>	3		
Тема: <b>Темперамент. Физиологические основы темперамента.</b> Понятие о темпераменте. Физиологические основы темперамента. Типы высшей нервной деятельности и темперамент. Типы темперамента: холерик, сангвиник, меланхолик, флегматик и их психологические характеристики. Проявление качеств личности в зависимости от темперамента. Особенности трудовой и учебной деятельности в зависимости от типа темперамента. Проявление типов темперамента в общении. Практическая работа: Подростковый вариант опросника Айзенка	1	Знакомятся с физиологическими основами темперамента, учатся определять свой тип темперамента	5
Тема: <b>Характер. Акцентуации характера.</b> Понятие о характере. Черты характера. Акцентуации характера. Связь характера и темперамента. Формирование характера. Практическая работа: Тест акцентуации характера, автор А.С. Прутченков	1	Изучают акцентуацию своего характера, связь характера и темперамента	5
Тема : <b>Способности. Связь способностей с интересами и склонностями. Развитие способностей.</b> Понятие о способностях. Задатки как природные	1	Изучают способности, их связь с интересами и склонностями, учатся определять индивидуальные способности	5



предпосылки развития способностей. Виды способностей: общие умственные способности и специальные, уровни развития способностей. Способности и личность. Связь способностей с интересами и склонностями. Развитие способностей.			
<b>Личность и деятельность.</b>	<b>4</b>		
Тема: <b>Понятие о личности в психологии.</b> Понятие о личности в психологии. Личность, индивид, индивидуальность. Структура личности. Направленность личности. Практическая работа: «Мои ценности»	1	Знакомятся со структурой личности. Изучают ценности своей личности	3
Тема: <b>Структура мотивационной сферы человека: потребности, мотивы, цели.</b> Мотивационная сфера личности. Виды мотивов. Мотивы и цели деятельности. Осознаваемые и неосознаваемые мотивы. Потребность как источник мотивации. Иерархия потребностей по А. Маслоу.	1	Знакомятся со структурой мотивационной сферы, изучают потребности личности	3
Тема: <b>Самосознание личности. Я – концепция и ее составляющие. Самооценка, уровень притязаний.</b> Самосознание личности. Я – концепция и её составляющие: когнитивная, оценочная, поведенческая. Самооценка, уровень притязаний.	1	Изучают понятие самооценка, учатся оценивать свой уровень притязаний и самооценки	5

<p>Практическая работа: Тест М. Куна «Кто Я?», модификация Т.В. Румянцевой. Тест для исследования самооценки, модификация Л.П. Пономаренко.</p>			
<p>Тема: <b>Общее понятие о деятельности. Психологическая характеристика деятельности. Основные виды деятельности. Общение как деятельность. Структура общения. Невербальные и вербальные средства общения.</b>  Общее понятие о деятельности. Основные виды деятельности. Общение как деятельность. Структура общения: коммуникативная, интерактивная, перцептивная стороны общения. Невербальные средства общения. Роль невербальных средств в передаче информации. Жесты, мимика, походка, межличностное пространство. Вербальные средства общения. Интонация, темп и громкость речи, форма изложения.  Практическая работа: Тест «Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявского, Б.А. Федорина. Упражнение «Продемонстрируй состояние», «Передай чувство».</p>	1	<p>Знакомятся с психологическими основами деятельности, со структурой общения, определяют коммуникативные и организаторские склонности</p>	
<p><b>Медиативные технологии в разрешении споров и конфликтов</b></p>	15		

<p><b>Тема: Конфликт. Стили разрешения конфликтов.</b>          Что такое конфликт. Причины возникновения конфликтов. Основные стили разрешения конфликтов: стиль конкуренции, стиль уклонения, стиль приспособления, стиль сотрудничества, стиль компромисса. Практическая работа. Тест К. Томаса «Стили разрешения конфликтов»</p>	1	Рассматривают причины конфликтов, учатся определять индивидуальные стили разрешения конфликтов	3
<p><b>Тема: Управление конфликтом</b>          Динамика конфликта. Конструктивное разрешение конфликтов. Принципы управления конфликтом. Контроль эмоций. Практическая работа. Упражнение «Разногласие». Упражнение Джеффа.</p>	1	Обучаются приемам контроля эмоций	3
<p><b>Тема: Эффективная коммуникация в конфликте и общении.</b>          Механизмы межличностного восприятия. Психологические защиты: вытеснение, проекция, замещение, отрицание, рационализация, регрессия. Барьеры в общении.</p>	1	Учатся конструктивному общению	3
<p><b>Тема: Эффективная коммуникация в конфликте и общении.</b>          Конструктивное общение. Контроль эмоций. Конструктивное выражение негативных чувств. Практическая работа. Ролевая игра «Нейтрализация негативных эмоций». Упражнение «Я – высказывание».</p>	1	Учатся конструктивному общению	3
<p><b>Тема : Техники эффективного общения.</b>          Активное и пассивное слушание. Правила эмпатического слушания. Техника вербализа</p>	1	Изучают техники эффективного общения, учатся коммуникативному взаимодействию	3

ции.			
Тема: <b>Техники эффективного общения.</b> Техника противостояния манипуляциям. Техника аргументации. Практическая работа. Упражнения на активное слушание «Перефразирование», «Зеркало», «Комплимент». Упражнение «Отражение чувств». Упражнение «Как привлечь собеседника к разговору на интересующую вас тему?»	1	Изучают техники эффективного общения, учатся коммуникативному взаимодействию	3
Тема: <b>Развитие навыков уверенного поведения.</b> Тренинг уверенного поведения	1	Развивают навыки уверенного поведения	3
Тема : <b>Развитие навыков уверенного поведения.</b> Тренинг уверенного поведения	1		3
Тема : <b>Психологические особенности публичного выступления. Навыки самопрезентации.</b> Неречевые компоненты публичного выступления. Начало выступления. Речь выступающего.	1	Знакомятся с психологическими особенностями публичного выступления овладевают методами публичного выступления	5
Тема: <b>Психологические особенности публичного выступления. Навыки самопрезентации.</b> Контроль эмоций. Практическая работа. Упражнение: подготовка доклада, презентации. Выступление	1		5
Тема: <b>Психологическая подготовка к экзаменам.</b>	1	Учатся психологически быть готовыми к экзаменам	6
Тема: <b>Психологическая подготовка к экзаменам.</b>	1		6
Тема: <b>Проектирование профессионального жизненного пути.</b>	1	Учатся проектированию профессионального жизненного пути,	4,7, 8

Выбор профессии. Условия выбора профессии. Возможные затруднения при выборе профессии.		помощью деловой игры обучаются правилам приема на работу	
Тема: <b>Проектирование профессионального жизненного пути.</b> .Профессионально важные качества профессий. Процесс принятия решений. Ошибки при выборе профессии. Практическая работа. Деловая игра «Прием на работу».	1		4,7, 8
Тема: <b>Итоговое занятие.</b> «Круглый стол».	1	Учатся самостоятельно оценивать свои знания	5

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методического объединения учителей естественно – математического цикла МБОУ-СОШ №15 МО город Армавир  
от 28 августа 2023 года №1  
\_\_\_\_\_ Давыдова Т.А.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ Сазонова О.А.

29 августа 2023 года

































СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методического  
объединения учителей естественно –  
математического цикла МБОУ-СОШ  
№15 МО город Армавир  
от 27 августа 2021 года №1  
\_\_\_\_\_ Давыдова Т.А.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ Ульянова И.А.

28 августа 2021 года