

***Приложение к ФОП СОО***

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Ленинская средняя общеобразовательная школа  
Новошешминского муниципального района Республики Татарстан»

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом МБОУ «Ленинская  
средняя общеобразовательная школа  
Новошешминского муниципального  
района Республики Татарстан»

Протокол № 1 от 27.08.2025 г.

**УТВЕРЖДЕНО** и введено в действие  
приказом директора МБОУ «Ленинская  
средняя общеобразовательная школа  
Новошешминского муниципального района  
Республики Татарстан»

№140 от 29.08.2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по учебному курсу «Психология человека»  
на уровень среднего общего образования

Срок освоения программы: 2 года

с. Ленино

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА «ПСИХОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА»**

**Класс- 10**

**Уровень- базовый**

### **Я – человек. Кто я?**

Индивидуальная работа «Я сам о себе» и/или «Я глазами других людей». Проблематизация. Психология практическая и научная. Методы научной и практической психологии.

### **Что такое психика и как она устроена**

Психика как особое образование, существующее у животных и человека. Механизмы психики. Психические явления. Нужда и потребность. Как возникают потребности? Как потребности начинают диктовать стратегию активности? Откуда берутся цели активности животного и человека? Место эмоций в схеме поведения животного и человека. Кто думает: мозг или человек (животное)? Интеллектуальное поведение животных. Психологическое изучение животного и человека. Познаваема ли психика? Что имеют в виду, когда говорят о развитии психики?

### **Как работает сознание**

Когда мы говорим, что человек обладает сознанием? Деятельность и сознание. Неосознаваемые процессы в психической активности человека, их природа и проявления. Синонимичны ли термины подсознательно, бессознательно, неосознанно... Механизмы психологической защиты. Защитное поведение. Что можно считать нарушением психики? Человек знает больше, чем может об этом сказать. Как формируются образы сознания? Психологические образования, определяющие принадлежность к роду человеческому.

### **«Человек привычки»**

«Привычка свыше нам дана ...» или о чём написал поэт? Управление поведением как управление образами нашего сознания. «Человек привычки» как сила, которая нами управляет. Сколько у человека привычек? Вредные и полезные привычки. Кому и зачем нужны вредные привычки? Привычки общения: о стереотипах и аттитюдах в восприятии людьми друг друга. Выявление ресурсов коммуникации и коммуникативных барьеров – феноменология общения «по привычке». Как быть с плохими привычками: борьба с самим собой или ... ? Как происходит отучивание от привычек? Конструктивное и защитное поведение.

### **«Человек воли»**

Высшая психическая функция как функциональный орган человека (А.А. Ухтомский, Н.А. Бернштейн, П.К. Анохин). Воля умная и тупая. Как мы научаемся управлять собою и другими людьми. Насильственное и ненасильственное управление. Насилие явное и скрытое. Слабоволие и способы его понимания или о чём мы спрашиваем, задавая вопрос: «У тебя есть сила воли?» Сила воли как способность управлять своим умом.

### **«Человек нравственный»**

Человек как индивид, как субъект, как индивидуальность и как личность. Зачем так много слов? Быть или не быть личностью? Что такое нравственный выбор? «Хороший человек с плохим характером» – кто это? Личность и подвиг. Личность и нравственное подвижничество.

### **Защита итоговых индивидуальных работ на тему «Я – человек. Кто я?»**

Основная цель занятий состоит в определении образовательных достижений в освоении материала учебного курса.

*Класс- 11*

*Уровень- базовый*

### **Возрасты жизни человека**

Хронотоп жизни человека. Периоды (возрастные ступени) жизненного цикла: научный подход к определению возраста. Нужно ли обычному человеку знание периодизации развития.

Чем измеряется возраст людей, живущих в различные исторические эпохи, в различных формациях? Возраст биологический и психологический.

Как понимать переходы от одного возраста к другому? Для чего в племени (общине) устраивается инициация?

### **Люди обычные и необычные: одаренность, умственное инобытие, расстройства поведения**

От чего зависит развитие ребенка. Физиологическое созревание и целенаправленное воспитание: что важнее. Психологически гармонический путь развития.

Гении, одаренные, «умственно отсталые»: кто они. Чем человек наделен от природы и что формируется в нем прижизненно. Интеллектуальный коэффициент как показатель одаренности.

Как послушный малыш превращается в «трудного ребенка». Может ли «трудный» стать «девиантом». Девиантное поведение человека, научное объяснение его природы. Что известно об умственной отсталости, как понимать умственное инобытие.

### **Подросток в книге и жизни**

Что известно о подростке? Гормональный бунт подросткового возраста: о чем говорят физиологи. Психологический потенциал подростка: итоги предыдущих этапов развития. Задачи возраста: почему самоопределение становится проблемой. Потребность в смысле жизни и жизненная перспектива. Я - вчера, Я – сегодня, Я – завтра: привычка «обдумывать свое житье». Как научиться рефлексии.

Подросток глазами взрослых людей и подросток сам о себе: о чем рассказывают самоописания. Личные границы человека в отношениях с другими. Чем определяются психологические границы подростка в отношениях с Миром.

Управляемость поведения в подростковом возрасте. Тренинг управления чувствами и эмоциями.

### **Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними**

«VUCA-мир» как метафора современной жизни. Виртуальная реальность – продукт культурного развития человека. Электронный мир: современная трактовка искусственной реальности жизни. Ценности цифровой эпохи.

«Цифровой разрыв» между родителями и детьми. Проблема межпоколенческих отношений. «Цифровой образ жизни» современного подростка. «Цифровые аборигены»:

мифы и реальность. Ставятся ли современные дети умнее или глупее предыдущего поколения.

Безопасность как потребность человека. Риски, угрозы и опасности онлайн- среды и совладание с ними. Индивидуальное восприятие риска.

**Защита итоговых индивидуальных работ.**

Основная цель занятий состоит в определении образовательных достижений в освоении материала учебного курса.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА «ПСИХОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА»**

### **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 (сопрягать 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.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 10 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	«Я-человек. Кто я?». Тема: «Введение»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2	«Я-человек. Кто я?». Тема: «Я в мире»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
3	«Что такое психика и как она устроена». Тема: «Границы психического»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
4	«Что такое психика и как она устроена». Тема: «Психика человека и психика животного»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
5	«Что такое психика и как она устроена». Тема: «Интеллектуальное поведение животных».	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
6	«Что такое психика и как она устроена». Тема: «Психические процессы и функции»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
7	«Что такое психика и как она устроена». Тема: «Высшие психические функции».	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
8	«Что такое психика и как она устроена». Тема: «Психические процессы и функции».	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
9	«Что такое психика и как она устроена». Тема: «Нужда и потребность».	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
10	«Что такое психика и как она устроена». Тема: «Эмоции, чувства и ощущения».	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
11	«Что такое психика и как она устроена». Тема: «Развитие психики».	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
12	«Как работает сознание». Тема: «Бытие и сознание»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
13	«Как работает сознание» Тема: «Три уровня сознания»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
14	«Как работает сознание» Тема: «Психологические защиты»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
15	«Как работает сознание» Тема: «Я в структуре самосознания»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

16	«Человек привычки». Тема: «Привычка свыше нам дана ...»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
17-18	«Человек привычки». Тема: «Привычка и поведение».	2	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
19	«Человек привычки». Тема: «Привычки общения»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
20	«Человек привычки». Тема: «Полезные и вредные привычки».	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
21	Тема: «Привычка как способ работы над собой».	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
22-23	«Человек воли». Тема: «Воля и психика»	2	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
24-25	«Человек воли». Тема: «Человек и воля»	2	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
26	Тема: «Сила воли»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
27-28	«Человек воли». Тема: «Воля, как способ управления людьми».	2	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
29	«Человек нравственный». Тема: «Человек как индивид, как субъект, как индивидуальность и как личность».	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
30	«Человек нравственный». Тема: «Быть личностью»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
31	«Человек нравственный». Тема: «Хороший человек с плохим характером – кто это?»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
32-33	«Человек нравственный». Тема: «Личность и подвиг»	2	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
34	Задача итоговых индивидуальных работ на тему «Я – человек. Кто я?»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ 34			

## 11 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	
			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	«Возрасты в жизни человека». Тема: «Введение»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

2-3	«Возрасты в жизни человека». Тема: «Тема возраста в истории человечества»	2	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
4	«Возрасты в жизни человека». Тема: «Возраст биологический и психологический»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
5-7	«Возрасты в жизни человека». Тема: «Возрастные кризисы»	3	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
8-9	«Люди обычные и необычные: одаренность, умственное инобытие, расстройства поведения» Тема: «Одаренность»	2	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
10-12	«Люди обычные и необычные: одаренность, умственное инобытие, расстройства поведения» Тема: «Особые образовательные потребности или Умственное инобытие»	3	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
13-14	«Люди обычные и необычные: одаренность, умственное инобытие, расстройства поведения» Тема: «Различия в поведении»	2	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
15-16	«Люди обычные и необычные: одаренность, умственное инобытие, расстройства поведения» Тема: «Гармоничный путь развития или Нормальность»	2	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
17	«Подросток в жизни и книге». Тема: «Классические знания о подростковом возрасте»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
18	«Подросток в жизни и книге». Тема: «Особенности возраста»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
19	«Подросток в жизни и книге». Тема: «Потребность в смысле жизни и жизненная перспектива».	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

20	«Подросток в жизни и книге». Тема: «Психологический потенциал подростка»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
21-22	«Подросток в жизни и книге» Тема: «Потенциал подростка»	2	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
23	«Подросток в жизни и книге» Тема: «Подросток глазами взрослых людей и подросток сам о себе»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
24	«Подросток в жизни и книге» Тема: «Личные границы человека в отношениях с другими».	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
25	«Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними» Тема: «Современные гаджеты»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
26	«Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними». Тема: «Электронный мир и виртуальная реальность»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
27	«Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними». Тема: «Цифровая жизнь: польза или вред для человека?»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
28	«Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними». Тема: «Ценности новой эпохи»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
29	Тема: «Мифы и реальность».	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
30	«Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними». Тема: «Риски эпохи компьютеризации»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

31	«Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними». Тема: «Проблема межпоколенческих отношений».	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
32	«Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними». Тема: «Безопасность как потребность человека»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
33	«Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними» Тема: «Совладание с угрозами интернета».	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
34	Защита итоговых индивидуальных работ на тему «Мое будущее. Я - педагог»	1	Библиотека ЦОК <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	

