

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Республики Татарстан

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Многопрофильный лицей №188» Кировского района г. Казани

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

Гарифуллина Е.М.

Приказ № 1
от «28» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УР

Хазеева Л.Х.

от «28» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ
"Лицей №188"



Приказ № 200
от «30» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса

«Основы психологии»

для обучающихся 10А класса

на 2023 – 2024 учебный год

г. Казань



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 63DE18341AF26E8CAD2C6AE4E76D9D44
Владелец: Расулова Эльвира Галимовна
Действителен с 28.03.2023 до 20.06.2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа «Основы психологии» составлена на основе:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ, «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. №413 (с изменениями и дополнениями);
- Учебный план МБОУ «Лицей №188» Кировского района г.Казани
- Программы учебного курса по психологии для 10 класса (под ред. И.В. Дубровиной, 2003) и Пономаренко Л.П., Белоусовой Р.В. Основы психологии для старшеклассников (Пособие для педагога: В 2 ч. – М.: Гуманитарный Изд. Центр ВЛАДОС, 2001. – Ч.1. Основы психологии: 10 класс).

Курс психологии рассчитан на подростков 15 – 17 лет, соответственно, программа строится с учетом возрастных интересов девушек и юношей.

Цели преподавания психологии:

- Развитие готовности ребенка к полноценному взаимодействию с миром природы, миром людей и миром культуры.
- Повышение компетентностей учащихся (личностных, социальных, коммуникативных).

Цель реализуется через решение психолого-педагогических задач, обеспечивающих становление личности ребенка:

- формирование общих представлений учащихся о психологии как науке;
- оказание им помощи в открытии внутреннего мира человека, пробуждение интереса к другим людям и к самому себе;
- развитие интеллектуальной сферы (общих и специальных способностей, познавательной направленности и пр.);
- развитие самосознания (чувства собственного достоинства, адекватной самооценки);
- раскрытие сущности личностной направленности (потребностей, желаний, целей, смыслов, идеалов, ценностных ориентаций);
- развитие эмоциональной сферы (чувств, переживаний, настроений и пр.), понимания чувств и переживаний других людей;
- обнаружение и преодоление негативных проявлений в привычках и манерах поведения учащихся.

I. Результаты освоения программы

Личностные результаты освоения курса:

- ориентация обучающихся на достижение личного счастья, реализацию позитивных жизненных перспектив, инициативность, креативность, готовность и способность к личностному самоопределению, способность ставить цели и строить жизненные планы;
- готовность и способность обеспечить себе и своим близким достойную жизнь в процессе самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- готовность и способность обучающихся к отстаиванию личного достоинства, собственного мнения, готовность и способность вырабатывать собственную позицию по отношению к общественно-политическим событиям прошлого и настоящего на основе осознания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества, потребность в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, бережное, ответственное и компетентное отношение к собственному физическому и психологическому здоровью;
 - неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков.

Метапредметные результаты освоения курса:

Регулятивные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;
- оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;
- выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;
- организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;
- сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

Познавательные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе

новые (учебные и познавательные) задачи;

- критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;
- использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;
- находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;
- выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;
- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;
- менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;
- при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);
- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;
- развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;
- распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

Предметные результаты освоения курса:

Выпускник научится:

- объяснять сущность новых понятий: психология, психика, познавательные процессы, психические состояния и их регуляция;
- определять, что изучает психология;
- анализировать познавательные процессы (ощущения, представления, внимание, память, мышление, речь, воображение, воля, эмоции);
- описывать адаптивные и функциональные состояния человека и их влияние на различные виды человеческой деятельности;
- характеризовать процессы эмоционального стресса и регуляции

эмоциональных состояний

Выпускник получит возможность научиться:

- обосновывать собственную позицию при анализе социально-психологических явлений;
- применять знания о психических процессах и об адаптивных возможностях организма для достижения успешности в обучении и в жизни;
- владеть способами взаимодействия личности и социума; приемами саморегуляции, навыками преодоления негативных эмоциональных состояний;
- владеть навыками эффективного общения, приемами самопознания и саморегуляции.

Содержание программы

«Основы психологии» в 10 классе

Введение в психологию.

Тема 1. Предмет и задачи психологии.

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

Тема 2. Отрасли и методы психологии.

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

Познавательные процессы

Тема 3. Ощущения, восприятие и представления.

(1 час, теория). Ощущение. Виды ощущений. Закономерности ощущений. Порог чувствительности. Восприятие. Типы восприятия. Свойства восприятия. Виды восприятия. Представления.

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

Тема 4. Внимание.

(2 часа, теория) Внимание, как психический процесс. Виды внимания. Свойства внимания. Изучение особенностей внимания и методы его развития.

(1 час, практика). Практическая работа: изучить особенности внимания одного из школьников и проанализировать результаты.

Тема 5. Память.

(2 часа, теория) Память, как психический процесс. Процессы памяти. Виды памяти. Личностные проявления памяти. Мнемотехнические приёмы запоминания.

(1 час, практика). Практическая работа: изучить особенности памяти одного из школьников и проанализировать результаты.

Тема 6. Мышление.

(2 часа, теория) 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.

(1 час, практика). Практическая работа: изучить особенности мышления одного из школьников и проанализировать результаты.

Тема 7. Воображение и творчество.

(2 часа, теория) 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.

(1 час, практика). Практическая работа: изучить творческие особенности одного из школьников и проанализировать результаты. Тестирование по разделу «Познавательные процессы».

Индивидуально-психологические особенности личности

Тема 8.

Темперамент.

(2 часа, теория) Организм, нервная система и темперамент. Основные свойства темперамента. Отличительные признаки темперамента.

Психологическая характеристика типов темперамента. Методы диагностики темперамента.

(1 час, практика). Практическая работа: изучить особенности темперамента одного из школьников и проанализировать результаты.

Тема 9. Характер.

(1 час, теория) Темперамент и характер. Структура характера.

Классификация черт характера. Условия формирования характера.

Акцентуации характера. Методы изучения характера.

(1 час, практика). Практическая работа: изучить особенности характера одного из школьников и проанализировать результаты.

Тема 10. Способности.

(2 часа, теория) Понятие о способностях. Виды способностей. Задатки и способности. Структура способностей. Условия формирования способностей. Талант и одарённость. Методы изучения способностей.

(1 час, практика). Подготовка рефератов и презентаций на тему «Уникальные способности человека» на примере конкретных людей.

Тема 11. Личность и профессия.

(3 часа, теория) 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.

(2 часа, практика) Подготовка и защита личного профессионального

плана «Моя будущая профессия». Тестирование по разделу «Индивидуально-психологические особенности личности»

Эмоционально-волевая сфера личности

Тема 12. Чувства.

(1 час, теория) 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.

(1 час, практика) Практическое занятие: «Управление эмоциями. Овладение навыками саморегуляции. Кинезиологические упражнения. Релаксация».

Тема 13. Воля.

(1 час, теория) Природа и сущность волевой регуляции. Волевые свойства личности. Структура волевого действия. Воспитание и развитие воли.

(1 час, практика) Сообщения «Как развивать волю?». Тестирование по разделу «Эмоционально-волевая сфера личности»

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ


№ п/п	Дата план	Дата факт	Тема занятия
Раздел I. Введение в психологию (2 ч)			
1			Что изучает психология? Значение и задачи психологии как науки.
2			Отрасли и методы психологии
Раздел II. Познавательные процессы (14 ч)			
3			Ощущения, восприятие и представления.
4			Экспериментальные опыты: явления цветового контраста, выделение фигуры из фона, расслоение изображения на фигуру и фон.
5			Внимание, как психический процесс. Виды и свойства внимания.
6			Изучение особенностей внимания и методы его развития.
7			Практическая работа: изучить особенности внимания одного из обучающихся и проанализировать результаты.
8			Память, как психический процесс. Процессы и виды памяти.
9			Личностные проявления памяти. Мнемотехнические приемы запоминания.
10			Практическая работа: изучить особенности памяти одного из обучающихся и проанализировать результаты.
11			Мышление, как психический процесс. Виды мышления.
12			Индивидуальные особенности мышления. Методы диагностики интеллектуальных особенностей человека.
13			Практическая работа: изучить особенности мышления одного из обучающихся и проанализировать результаты.
14			Воображение, как психический процесс. Виды воображения.
15			Место воображения в творческой деятельности человека. Методы изучения воображения и творческих особенностей человека.

16			Практическая работа: изучить творческие особенности одного из обучающихся и проанализировать результаты. Тестирование по разделу «Познавательные процессы».
Раздел III. Индивидуально-психологические особенности личности (14 ч)			
17			Организм, нервная система и темперамент. Основные свойства и отличительные признаки темперамента
18			Психологическая характеристика типов темперамента. Методы диагностики темперамента.
19			Практическая работа: изучить особенности своего темперамента и проанализировать результаты.
20			Темперамент и характер. Структура и классификация черт характера.
21			Условия формирования характера. Акцентуации характера. Методы изучения характера.
22			Практическая работа: изучить особенности характера и проанализировать результаты.
23			Понятие о способностях. Виды способностей. Задатки и способности.
24			Условия формирования способностей. Талант и одаренность. Методы изучения способностей.
25			Подготовка сообщений на тему «Уникальные способности человека» на примере конкретных людей.
26			Психологические основы профессиональной ориентации. Понятие о профессиональной пригодности.
27			Психологическая структура профессиональной деятельности. Формула профессии.
28			Профессиональные интересы, склонности и способности. Методы диагностирования профессиональной пригодности.
29			Подготовка и защита личного профессионального плана.
30			Тестирование по разделу «Индивидуально-психологические особенности личности».
Раздел IV. Эмоционально-волевая сфера личности (4 ч)			
31			Понятие об эмоциях и чувствах. Виды эмоциональных процессов и состояний
32			Практическое занятие: Управление эмоциями. Овладение навыками саморегуляции. Кинезиологические упражнения. Релаксация».
33			Природа и сущность волевой регуляции. Волевые свойства личности.
34			Подготовка информации о способах развития воли. Тестирование по разделу «Эмоционально-волевая сфера личности».
Итого			34 ч.

Лист согласования к документу № 28 от 02.02.2024
Инициатор согласования: Расулова Э.Г. Директор
Согласование инициировано: 02.02.2024 14:08

Лист согласования

Тип согласования: **последовательное**

№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Расулова Э.Г.		 Подписано 02.02.2024 - 14:08	-