

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №49»**

Принята на заседании  
педагогического совета  
протокол № 17 от «01» 08. 2023г.  
Председатель ПС  
\_\_\_\_\_/Р.К.Металиченко/

«Утверждаю»  
Директор школы  
Приказ № 331/1 от 01.08.2023г.  
\_\_\_\_\_/С.П.Осетров/

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**учебного курса**  
**«ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ»**  
**для обучающихся 10-11 классов**

2023-2024 учебный год

## Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса «Психология» составлена на основе федерального компонента государственного образовательного стандарта базового уровня общего образования, утверждённого приказом ФОП СОО, Минпросвещения России от 18.05.2023 № 371 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования».

Программа курса «Психология для старшеклассников» рассчитана на два года обучения. Данная программа предполагает ведение занятий по психологии в 10-11 классах средних общеобразовательных учреждений, включает в себя два блока «Основы психологии в школе» (10 класс) и «Психология общения» (11 класс).

Программа состоит из 53 тем и рассчитана на 68 часов.

Преподавание курса психологии в средних общеобразовательных учреждениях является актуальной и важной задачей образования. Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, способность к рефлексии и самосовершенствованию, умение строить отношения с окружающими – все это необходимо для развития успешной личности. Введение психологии, как учебного предмета обусловлено тем, что в современной школе отсутствует такой курс, где учащийся смог бы получить знания о самом себе, других людях, о том, каковы мотивы поступков человека и каковы его потенциальные способности.

**Цель курса:** формирование гуманистического мировоззрения и психологической культуры учащихся.

**Задачи курса:**

1. Формирование психологических знаний;
2. Выработка собственной личностной позиции;
3. Развитие способностей к критической переработке информации;
4. Осознание особенностей человеческой психики и социального поведения;
5. Выработка собственной личностной позиции;
6. Развитие умений конструктивно решать конфликты;
7. Осознание возможности и необходимости быть субъектом общественной жизни;
8. Развитие способностей конструктивно строить взаимоотношения с окружающими;
9. Воспитание уверенности в себе, чувства собственного достоинства.

**Методическая особенность курса** – проблемность обучения (за счет привлечения учащихся к обсуждению проблем личного и общего характера).

Форма ведения занятий разнообразная. В зависимости от целей и задач могут применяться такие методы, как свободная или директивная дискуссия, эвристическая беседа, ролевое обучение и т.д.

Программа блока **«Основы психологии в школе»** (10 класс) охватывает все основные разделы общей психологии, а также социальной и возрастной.

Программа 10-го класса имеет пять разделов, есть специальные темы, на которых лекционно излагается материал (например, по психоанализу З. Фрейда, теории личности Адлера и Маслоу).

Практическую направленность имеют уроки, позволяющие учащимся овладеть приемами саморегуляции, развивать способность к позитивному мышлению.

Особенности содержания блока **«Психология общения»** (11 класс). Содержание данной части в большей степени отводится на использование активных форм работы, в связи с тем, что одной из главных задач курса является формирование устойчивых компетенций конструктивного общения, развитие социальной компетентности.

При освоении технологий эффективной коммуникации большое внимание уделяется анализу конфликтных ситуаций, отработке компетенций конструктивного общения в деловом, личностном и семейном общении.

При изучении темы «Семейные отношения» рассматриваются негармоничные стили воспитания, анализируются их причины, вместе с учащимися делается вывод о значительном влиянии на личность ребенка стили детско-родительских отношений и отношений в супружеской паре.

При раскрытии каждой темы традиционно выделяется 5 блоков: объяснение темы и цели урока; повторение пройденного материала; изучение нового материала; практическая работа и закрепление нового материала; подведение итога.

Программа рассчитана на преподавание в классе с обычной наполняемостью, один урок в неделю, 34 часа в год.

В программе курса больше времени отводится на активные формы работы, в связи с тем, что одной из главных задач курса является формирование устойчивых навыков конструктивного общения, развития социальной компетентности. Психотехнические игры, элементы психологического тренинга, разыгрывание ситуаций и ролевые игры позволяют учащимся получить «обратную связь», сформировать навыки анализа интересов, чувств, мотивов партнеров по общению, а также навыки конструктивного ведения диалога.

Насыщенный объем учебного материала направлен на компенсацию отсутствия учебников и хрестоматий. Дополнительный материал можно предложить заинтересованным учащимся для подготовки рефератов, презентаций, творческих проектов.

Контроль знаний проводится по системе зачетов и контрольных тестов, на основе подбора вопросов после изучения каждого раздела.

Настоящая программа по психологии для 10-11 классов создана на основе авторских программ Пономаренко Л.П., Белоусовой Л.В. «Основы психологии для старшеклассников».

## Планируемые результаты освоения учебного курса

### Личностные результаты освоения программы:

- ✓ формирование выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра, нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей и нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);
- ✓ развитие компетенций сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.
- ✓ мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки, значимости науки, готовность к научно-техническому творчеству, владение достоверной информацией о передовых достижениях и открытиях мировой и отечественной науки, заинтересованность в научных знаниях об устройстве мира и общества;
- ✓ готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- ✓ эстетические отношения к миру, готовность к эстетическому обустройству собственного быта;
- ✓ уважение ко всем формам собственности, готовность к защите своей собственности;
- ✓ готовность обучающихся к трудовой профессиональной деятельности как к возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- ✓ потребность трудиться, уважение к труду и людям труда, трудовым достижениям, добросовестное, ответственное и творческое отношение к разным видам трудовой деятельности;
- ✓ готовность к самообслуживанию, включая обучение и выполнение домашних обязанностей

### Метапредметные результаты:

#### Регулятивные универсальные учебные действия:

- ✓ 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:**

- ✓ 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:**

- ✓ 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.

## **Содержание учебного курса 10 класс**

### **Раздел 1. «Введение в психологию»**

**Тема 1. Предмет и задачи курса «Психология».** Знакомство с ролью психологии как науки, историей ее возникновения, отраслями психологии.

### **Раздел 2. «Познавательные процессы, способности»**

**Тема 2. Внимание.** Виды, свойства и функции внимания. Условия, поддерживающие произвольное и непроизвольное внимание. Развитие внимания.

**Тема 3. Память,** ее социально-историческая природа, ее виды, типы, качества. Процессы памяти. Запоминание, сохранение, воспроизведение, забывание информации. Теории, механизмы и законы памяти. Формирование и развитие памяти. Индивидуальные различия памяти. Мнемотехнические приемы.

**Тема 4. Мышление.** Виды мышления. Мыслительные операции. Пути развития и активации мышления.

**Тема 5. Способности. Интеллект.** Условия развития способностей. Измерение интеллекта.

**Тема 6. Творческие способности. Креативность.** Взаимосвязь креативности и интеллекта. Сущность креативности. Развитие творческих способностей.

**Тема 7. Мозг и психика.** Межполушарная асимметрия мозга. Строение мозга. Локализация высших психических функций в коре головного мозга. Функции правого и левого полушария. Специализация полушарий. Влияние межполушарной асимметрии на эмоциональную жизнь человека. Правополушарное» и «левополушарное» мышление. Нарушение синхронной работы полушарий. Доминирование полушарий («левши» и «правши»).

### **Раздел 3. «Личность»**

**Тема 8. Личность.** Представление о личности как единстве социального и биологического.

**Тема 9-10. Психоаналитическая теория личности (З. Фрейд).** Индивидуум и личность. Структура личности. Цели и ценности. Теория личности Зигмунда Фрейда. Сознательное и бессознательное. Структура личности: Ид, Его, Суперэго.

Энергетическая модель психики по Фрейду. Практическое применение психоанализа.

**Тема 11. Индивидуальная теория личности (А.Адлер).** Основные понятия теории Адлера. Комплекс неполноценности и стремление к превосходству. Социальный интерес и стиль жизни. Типы личности по Адлеру. Концепция творческого «Я». Влияние порядка рождения на формирование стиля жизни. Фиктивные цели.

**Тема 12. Бихевиоризм.** Личность и поведение с точки зрения бихевиоризма. Стимул, реакция и обслуживание. Оперантное обслуживание. Социальное научение.

**Тема 13-14. Гуманистическая теория личности (А. Маслоу).** Основные принципы гуманистической психологии. Концепции становления. Признание приоритета творческой стороны личности человека. Мотивация. Иерархия потребностей. Главные виды потребностей по А. Маслоу. Самоактуализация.

**Тема 15-16. Темперамент.** Психодинамические особенности темперамента. Проявление темперамента в разных сферах психики. Учение о типах нервной системы. Типы темпераментов. Каждый темперамент имеет свои преимущества. Проявление качеств личности в зависимости от темперамента. Особенности трудовой и учебной деятельности в зависимости от типа темперамента. Проявление типов темпераментов в общении.

**Тема 17. Характер.** Понятие характер. Связь характера и темперамента. Соотношение характера и личности

**Тема 18. Самосознание. «Я - концепция».** Процесс самосознания и «Я - образ». «Я - концепция» и ее составляющие. Когнитивная составляющая «Я - концепции» (самопонимание). Оценочная составляющая «Я - концепции» - самооценка. Особенности поведения людей в зависимости от характера самооценки. Источники формирования самооценки. Поведение составляющая «Я - концепции».

**Тема 19-20. Самоотношение.** Самоуважение. Преимущества высокого уровня самоуважения. Самоуважение и любовь к себе. Права человека, которые поддерживают уверенность в себе.

**Тема 21-22. Эмоции и чувства.** Роль чувств в жизни человека. Формы переживания чувств. Эмоции. Аффекты. Настроение. Чувства. Виды эмоций. Связь эмоций с психическими процессами.

**Тема 23-24. Любовь.** Любовь в жизни человека. Разные стороны чувства любви. Выбор «предмета любви».

**Тема 25-26. Экология любви.** Две модели любви. Характер отношений между любящими людьми. «Разрушители» любви. Признаки насилия в отношениях. Разрыв отношений.

**Тема 27-28. Дружба.** Особенности юношеской дружбы. Факторы, влияющие на зарождение дружбы и дружеское расположение.

#### **Раздел 4. «Саморегуляция»**

**Тема 29-30. Стресс.** Влияние стресса и дистресса на организм и психику человека; пути выработки адаптивной стратегии поведения в стрессовых ситуациях. Преодоление последствия стресса.

**Тема 31. Саморегуляция.** Понятие «Психологическая саморегуляция», методы саморегуляции эмоциональных состояний (аутогенная тренировка, релаксация, самовнушение, ресурсное состояние).

**Тема 32. Профилактика аддиктивного поведения.** Профилактика аддиктивного поведения. Вредные привычки. Формирование алкогольной зависимости.

**Тема 33-34. Позитивное мышление.** Влияние образа мыслей на жизнь человека.

### **11 класс**

#### **Раздел 1. Структура, функции и средства общения**

**Тема 1. Общение.** Структура и средства общения.

**Тема 2-3. Невербальные средства общения.** Приёмы невербальной коммуникации, интерпретация невербальных сигналов.

**Тема 4. Речевые средства общения.** Интонация. Темп и громкость речи. Форма изложения.

**Тема 5. Позиции в общении.** Различные состояния «Я». Эго - состояние «Родитель», Эго - состояние «Взрослый», Эго – состояние «Ребёнок», Схема Томаса А. Хариса.

**Тема 6. Стили общения.** Виды общения. Этикет.

**Тема 7. Манипулирование.** Что такое манипулирование? Причины манипулирования? Типы манипулятивных систем. Трюки манипулятора. Манипулятивные способы поведения в конфликте. Что может противопоставить манипулированию.

**Тема 8. Урок-дискуссия на тему «Что мешает открытому общению?».** Проверка пройденного материала в форме игры.

#### **Раздел 2. Условия и технологии эффективной коммуникации**

**Тема 9. Механизмы межличностного восприятия.** Основные феномены межличностного восприятия. Ошибки превосходства и привлекательности.

**Тема 10-11. Психологические защиты.** Механизмы психологических защит.

**Тема 12. Барьеры в общении.** Что мешает полноценному общению. Стереотипизация.

**Тема 13 – 14. Конструктивное общение. Контроль эмоций.** Трудности и барьеры, возникающие в повседневном общении.

**Тема 15. Активное и пассивное слушание.** Процесс слушания. Виды слушания.

**Тема 16 – 17. Приемы расположения к себе. Самопрезентация.** Приёмы расположения к себе. Compliments. Похвала и поддержка. Практическая работа по пройденному.

### **Раздел 3. Конструктивное преодоление конфликтов**

**Тема 18. Конфликт. Стили разрешения конфликтов.** Понятие «конфликт». Стили разрешения конфликтов.

**Тема 19. Управление конфликтами.** Динамика конфликта. Конструктивное разрешение конфликта. Контроль эмоций.

### **Раздел 4. Психология семейных отношений**

**Тема 20 – 21. Психологические аспекты семейных отношений.** Проблемы на ранних этапах существования семьи.

**Тема 22 – 23. Функции семьи.** Значение гармоничных отношений в браке.

**Тема 24. Детско-родительские отношения.** Стили семейного воспитания

### **Раздел 5. Психология малых групп**

**Тема 25. Коллектив и личность.** Роль процесса социализации в развитии личности. Виды групп. Этапы формирования коллектива.

**Тема 26. Лидерство.** Психологические качества лидера. Типы лидеров. Стили управления.

**Тема 27. Социально-психологические особенности взаимодействия в малой группе. Конформизм.** Групповые нормы. Факторы, влияющие на уровень конформности.

**Тема 28. Развитие навыков уверенного отказа.** Право на отказ. Приёмы противостоянию давлению.

## **Раздел 6. Деловое общение**

**Тема 29-30. Деловая беседа.** Функции деловой беседы. Фазы беседы. Как воспринимать критику.

**Тема 31. Психологические особенности публичного выступления.** Неречевые компоненты публичного выступления. Контроль эмоций.

**Тема 32. Экзамен. Психологические аспекты.** Стратегии построения работы на экзамене. Приёмы самонастройки и аутотренинга.

## **Раздел 7. Профориентация**

**Тема 33. Профессиональное самоопределение.** Профориентационная игра «Кто есть кто?»

**Тема 34. Проектирование профессионального жизненного пути.** Выбор профессии. Условия выбора профессии. Ошибки при выборе профессии.

## Тематическое планирование

Тематическое планирование по учебному курсу «Психология» для 10-11 классов составлено с учетом рабочей программы воспитания. Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих целевых ориентиров результатов воспитания обучающихся НОО (ООО, СОО).

### 10 класс

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Целевые ориентиры результатов воспитания
1.	«Введение в психологию»	1	1. <a href="https://bookap.info/">https://bookap.info/</a>	1. Ценность научного познания
2.	«Познавательные процессы, способности»	6	1. <a href="http://xn--8-6kcbh9anbbclqmdfww3a8gl9l.xn--p1ai/wp-content/uploads/2017/12/Elektivnyj-kursPsihologiya-dlya-nachinayushhih.pdf">http://xn--8-6kcbh9anbbclqmdfww3a8gl9l.xn--p1ai/wp-content/uploads/2017/12/Elektivnyj-kursPsihologiya-dlya-nachinayushhih.pdf</a>	1. Ценность научного познания 2. Трудовое воспитание 3. Эстетическое воспитание
3.	«Личность»	21	1. <a href="https://4brain.ru/psy/psihologija-lichnosti.php">https://4brain.ru/psy/psihologija-lichnosti.php</a>	1. Ценность научного познания 2. Патриотическое воспитание 3. Гражданское воспитание 4. Духовно-нравственное воспитание 5. Трудовое воспитание 6. Экологическое воспитание
4.	«Саморегуляция»	6	1. <a href="https://4brain.ru/blog/samoreguljaciya-cheloveka-uchimsya-vybirat-emocii/">https://4brain.ru/blog/samoreguljaciya-cheloveka-uchimsya-vybirat-emocii/</a>	1. Ценность научного познания 2. Духовно-нравственное воспитание
Всего:		34		

**11 класс**

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Целевые ориентиры результатов воспитания
1.	«Структура, функции и средства общения»	8	1. <a href="https://studopedia.ru/1_104560_struktura-funktsii-i-sredstva-obshcheniya.html">https://studopedia.ru/1_104560_struktura-funktsii-i-sredstva-obshcheniya.html</a> 2. <a href="https://4brain.ru//">https://4brain.ru//</a>	1. Ценность научного познания 2. Духовно-нравственное воспитание 3. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия
2.	«Условия и технология эффективной коммуникации»	9	1. <a href="https://4brain.ru/">https://4brain.ru/</a>	1. Ценность научного познания 2. Трудовое воспитание 3. Эстетическое воспитание 4. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия 5. Патриотическое воспитание
3.	«Конструктивное преодоление конфликтов»	2	1. <a href="https://cyberpedia.su/27x11a00.html">https://cyberpedia.su/27x11a00.html</a> 2. <a href="https://4brain.ru//">https://4brain.ru//</a> 3. <a href="https://pedsovet.su/load/191-1-0-33302">https://pedsovet.su/load/191-1-0-33302</a>	1. Ценность научного познания 2. Патриотическое воспитание 3. Гражданское воспитание 4. Духовно-нравственное воспитание 5. Трудовое воспитание 6. Физическое воспитание, формирование культуры

				здоровья и эмоционального благополучия
4.	«Психология семейных отношений»	4	1. <a href="https://quiz4.smart/">https://quiz4.smart/</a>	1. Ценность научного познания 2. Духовно-нравственное воспитание 3. Трудовое воспитание 4. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия
5.	«Психология малых групп»	4	1. <a href="https://psihoanaliz/">https://psihoanaliz/</a> 2. <a href="http://note.domin.ru/lib/exe/fetch.php?media=biblioteka:druzhinin:psuchebn-druzhinin-21.pdf">http://note.domin.ru/lib/exe/fetch.php?media=biblioteka:druzhinin:psuchebn-druzhinin-21.pdf</a>	1. Ценность научного познания 3. Трудовое воспитание 4. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия
6.	«Деловое общение»	4	1. <a href="https://psihome.com/delovoe-obshhenie/">https://psihome.com/delovoe-obshhenie/</a>	1. Ценность научного познания 2. Трудовое воспитание
7.	«Профорентация»	3	1. <a href="https://skillbox.ru/">https://skillbox.ru/</a> 2. <a href="https://4brain.ru/career/prof.php">https://4brain.ru/career/prof.php</a> 3. <a href="https://proforientatsia.ru/career-guidance/chtotakoe-proforientatsiya/">https://proforientatsia.ru/career-guidance/chtotakoe-proforientatsiya/</a> 4. <a href="https://denisbuckin.ru/">https://denisbuckin.ru/</a>	1. Ценность научного познания 2. Трудовое воспитание 3. Гражданское воспитание
Всего:		34		

**Календарно-тематическое планирование по учебному курсу «Психология»  
для 10 класса**

№ п/п	Дата по плану	Дата по журналу	Тема раздела, урока	Количество часов	Домашнее задание
<b>Раздел 1. «Введение в психологию»</b>					
1.			«Предмет и задачи курса «Психология»	1	
<b>Раздел 2. «Познавательные процессы, способности»</b>					
2.			«Внимание»	1	
3.			«Память»	1	
4.			«Мышление»	1	
5.			«Способности. Интеллект»	1	
6.			«Творческие способности. Креативность»	1	
7.			«Мозг и психика»	1	
<b>Раздел 3. «Личность»</b>					
8.			«Личность»	1	
9.			«Психоаналитическая теория личности (З. Фрейд)»	2	
10.			«Индивидуальная теория личности (А. Адлер)»	1	
11.			«Бихевиоризм»	1	
12.			«Гуманистическая теория личности (А. Маслоу)»	2	
13.			«Темперамент»	2	
14.			«Характер»	1	
15.			«Самосознание. «Я – концепция»	1	
16.			«Самоотношение»	2	
17.			«Эмоции и чувства»	2	
18.			«Любовь»	2	
19.			«Экология любви»	2	
20.			«Дружба»	2	
<b>Раздел 4. «Саморегуляция»</b>					
21.			«Стресс»	2	
22.			«Саморегуляция»	1	
23.			«Профилактика аддиктивного поведения»	1	
24.			«Позитивное мышление»	1	

25.			Обобщение	1	
				34	

**Календарно-тематическое планирование по учебному курсу «Психология»  
для 11 класса**

№ п/п	Дата по плану	Дата по журналу	Тема раздела, урока	Количество часов	Домашнее задание
<b>Раздел 1. Структура, функции и средства общения</b>					
1.			«Общение»	1	
2.			«Невербальные средства общения»	2	
3.			«Речевые средства общения»	1	
4.			«Позиция в общении»	1	
5.			«Стили общения»	1	
6.			«Манипулирование»	1	
7.			Урок-дискуссия на тему «Что мешает открытому общению?»	1	
<b>Раздел 2. Условия и технологии современной коммуникации</b>					
8.			«Механизмы межличностного восприятия»	1	
9.			«Психологические защиты»	2	
10.			«Барьеры в общении»	1	
11.			«Конструктивное общение. Контроль эмоций»	2	
12.			«Активное и пассивное слушание»	1	
13.			«Приемы расположения к себе. Самопрезентация»	2	
<b>Раздел 3. Конструктивное преодоление конфликтов</b>					
14.			«Конфликт. Стили разрешения конфликтов»	1	
15.			«Управление конфликтами»	1	
<b>Раздел 4. Психология семейных отношений</b>					
16.			«Психологические аспекты семейных отношений»	1	
17.			«Функции семьи»	2	
18.			«Детско-родительские отношения»	1	
<b>Раздел 5. Психология малых групп</b>					
19.			«Коллектив и личность»	1	
20.			«Лидерство»	1	
21.			«Социально-психологические	1	

			особенности взаимодействия в малой группе. Конформизм»		
22.			«Развитие навыков уверенного отказа»	1	
<b>Раздел 6. Деловое общение</b>					
23.			«Деловая беседа»	2	
24.			«Психологические особенности публичного выступления»	1	
25.			«Экзамен. Психологические аспекты»	1	
<b>Раздел 7. Профорентация</b>					
26.			«Профессиональное самоопределение»	1	
27.			«Проектирование профессионального жизненного пути»	1	
28.			Зачет по темам	1	
				34	

## Оценочные материалы

### 10 КЛАСС

#### Диагностический инструментарий

##### Раздел 1. Введение

1. Тест «Какой вы психолог?» (Московина Л. Энциклопедия психологических тестов)

##### Раздел 2. Познавательные процессы, способности

1. Тест «Корректурная проба»
2. Упражнения «Логичность», «Сложные аналогии»
3. Методика ШТУР.
4. Тест «Насколько я левша?» (Жариков Е, Крушельницкий Е. «Для тебя и о тебе»).
5. Тест «Воображение» И. В. Дубровина

##### Раздел 3. Личность

1. Мини - тест «Мои ценности»
2. Тест «Краткая шкала измерения самоактуализации» А. Маслоу
3. «Теппинг – тест» Е. П. Ильина для ориентировочного выявления типа своей нервной системы
4. Тест –опросник Г. Айзенка
5. Упражнение «Характер»
6. Тест «Настоящий друг» (Психология личности. Тесты, опросники, методики. Н. В. Киршева, Н. В. Рябчикова)

##### Раздел 4. Саморегуляция.

1. Тест на самооценку стрессоустойчивости личности
2. Тест «Вы умеете быть счастливым?»

### 11 КЛАСС

#### Диагностический инструментарий

##### Раздел 1. Структура, функции и средства общения.

1. Тест «КОС» Методика изучения коммуникативных и организаторских умений.
2. Д. Коновалов. Тест «Понимаете ли вы язык жестов?» (Жариков Е, Крушельницкий Е. «Для тебя и о тебе»).
3. Тест «Три Я»
4. 12 рекомендаций Дейла Карнеги. Тест «Манипулятор» (А. С. Прутченков Наедине с собой)

##### Раздел 2. Условия и технологии эффективной коммуникации

1. Упражнение «Безоценочное общение». Ролевая игра «Нейтрализация негативных эмоций».

2. Тест «Умеете ли вы слушать»
3. Упражнения «Комплимент», «Самопрезентация».

### **Раздел 3. Конструктивное преодоление конфликтов**

1. Тест К. Томаса «Стили разрешения конфликтов»
2. Упражнение «Разногласие».

### **Раздел 4. Психология семейных отношений.**

1. Упражнение «Неприятность на работе»
2. Методика «РОП» (Ролевые ожидания и притязания в браке.

Психологическая помощь и консультирование в практической психологии под. ред. М. К. Тутушкиной)

### **Раздел 5. Психология малых групп.**

1. Тест на выявление ценностно-ориентационного единства класса (ЦОЕ). Фридман Л. М.
2. Упражнение «Предвыборная программа»
3. Тест «Поддаётесь ли вы чужому мнению».
4. Упражнение «Умей сказать «нет!»»

### **Раздел 6. Деловое общение.**

1. Ролевая игра «Приём на работу»
2. Тест Голланда «Профессиональные предпочтения» и другие профориентационные тесты.
3. Опросник на выявление профессиональных склонностей «ДДО».

## **10 класс**

### **Контрольные вопросы к разделу «Познавательные процессы и способности».**

1. Дайте определение познавательных процессов.
2. Что такое внимание и для чего необходимо человеку?
3. Какие виды внимания вы знаете? Чем они отличаются?
4. Опишите различные характеристики внимания.
5. Какие факторы влияют на устойчивость и продуктивность внимания?
6. Что такое рассеянность?
7. Расскажите о способах развития внимания.
8. Что такое память?
9. Охарактеризуйте основные процессы памяти.
10. Какие виды памяти вы знаете? По каким критериям разделяются виды памяти.
11. Проанализируйте, чем произвольная память отличается от непроизвольной.
12. От чего зависит продуктивность запоминания?
13. Что такое мнемотехника? Опишите некоторые приемы развития памяти.
14. Что такое мышление?

15. Какие виды мышления вы знаете?
16. В чем состоят особенности мыслительных операций?
17. Какие факторы влияют на продуктивность мышления? Как можно развивать мышление?
18. Что такое способности?
19. Каковы условия развития способностей и реализации их в деятельности?
20. Что такое талант?
21. Дайте определение интеллекта.
22. Что такое креативность? Откуда произошел этот термин?
23. Опишите некоторые способы развития творческих способностей.
24. В чем состоит «функциональная асимметрия мозга»?
25. Проанализируйте различия в функциях правого и левого полушарий, отражающиеся на поведении человека.
26. В каких профессиях могут быть наиболее успешны люди с доминирующим левым полушарием? Правым? Почему?

### **Контрольные вопросы к разделу «Личность»**

1. Каковы главные условия развития и формирования личности?
2. Охарактеризуйте структуру личности: что составляет «почву, корни, ствол, крону» «древа» личности?
3. Каковы главные факторы формирования характера человека?
4. что включает мотивационно-потребностная сфера человека?
5. Что такое «теории личности»? Какие теории вы знаете?
6. Охарактеризуйте представления З. Фрейда о сознательном и бессознательном в психике человека.
7. В чем, согласно Фрейду, состоит сущность Ид?
8. Охарактеризуйте сущность Эго.
9. Каковы особенности Супер-Эго?
10. Назовите основные понятия теории личности по Адлеру.
11. Каково происхождение «комплекса неполноценности», согласно Адлеру?
12. Охарактеризуйте классификацию типов личности по Адлеру.
13. Каковы основные позиции гуманистической теории личности?
14. Охарактеризуйте основные потребности, согласно «пирамиде» Маслоу.
15. Назовите виды любви по Маслоу. В чем их различия?
16. Что такое самоактуализация? Как эта потребность влияет на жизнь человека?

## 11 класс

### **«Контрольные вопросы к разделу «Условия и технологии эффективной коммуникации»:**

1. Какова роль первого впечатления?
2. Что такое «эффект ореола»?
3. Охарактеризуйте основные ошибки межличностного восприятия?
4. Что такое казуальная атрибуция?
5. Какова роль установки в межличностном пространстве?
6. Что такое психологические защитные механизмы?
7. Какие существуют общие характеристики защитных механизмов?
8. Как могут влиять психологические защиты на поведение человека?
9. Что такое барьеры общения?
10. Приведите примеры влияния на общение различных видов барьеров?
11. Насколько высока роль стереотипизации в общении?
12. Почему желательно использования безоценочные суждения.
13. Что такое саботажики общения? Приведите примеры.
14. Приведите примеры приемов снижения эмоциональной напряженности в «накаленной ситуации».
15. Как можно управлять своими эмоциями и чувствами?
16. Какие существуют техники конструктивного выражения собственных негативных эмоций?
17. В чем заключаются преимущества конструктивного общения?
18. Что такое активное слушание?
19. В каких случаях наиболее эффективно пассивное слушание?
20. Что такое эмпатия?
21. Какие существуют правила эмпатического слушания?
22. Что вы знаете о направленности комплиментов?
23. Правила подачи комплиментов.
24. Чем отличается похвала от поддержки?
25. Что такое самопрезентация?
26. Какие эффекты межличностного восприятия и факторы могут использоваться для эффективной самопрезентации?

### **Определение психологических защит:**

1. Об оскорблении, которое было нанесено близким человеком (мужем), жена старается забыть, чтобы сохранить нормальные отношения.
2. Мать – не очень аккуратная хозяйка – упрекает дочь в том, что та вечно разбрасывает вещи и не убирает в доме.
3. Поговорка «Вор каждого подозревает».
4. Человек, страдающий от ужасающих личных неудач, может стать

неспособным рассказать об этом своем тяжелом жизненном опыте

5. Ребенок, которого только что наказали родители, подходит к шкафу и ломает игрушки младшей сестры.

6. Ученик, который получил «2», как он считает несправедливо, выходит из школы и пинает сидевшего у крыльца щенка.

7. Начальник критикует сотрудницу, и дома она реагирует вспышками ярости на незначительные провокации со стороны мужа и сына.

8. Реакция больного после того, как врач сообщает ему о смертельной болезни: «Это неправда! Со мной такого не могло случиться!».

9. Юноша не верит тому, что рассказывают ему об измене его девушки с его лучшим другом.

10. Езда в автомобиле с безрассудно высокой скоростью.

11. Реакция на обиду – «надуться и не разговаривать».

12. Женщина с сильными неосознаваемыми садистическими наклонностями начинает писать детективные романы.

**Ответы:**

1. Вытеснение – 1, 4.

2. Проекция – 2, 3.

3. Замещение – 5, 6, 7.

4. Отрицание – 8, 9.

5. Регрессия – 10, 11.

6. Сублимация – 12.

**Задания по теме «Конфликты»**

Опишите стили разрешения конфликтов

В.1 Стил ь Сотрудничества

Стил ь Уклонения

В.2 Стил ь Приспособления

Стил ь Компромисса

В.3 Стил ь Конкуренции

Стил ь Уклонения

**Лист дополнений и изменений к рабочей программе по учебному курсу «Психология»**

Дата внесения изменений	Содержание дополнений (изменений)	Причины внесения дополнений (изменений)	Подпись лица, внесшего запись