

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Качкашурская среднеобразовательная школа»

Глазовского района Удмуртской Республики

МОУ "Качкашурская СОШ"

РАССМОТРЕНО
на Педагогическом
совете
Протокол № 11
от «31» август 2023 г.



УТВЕРЖДЕНО
Директор
 Калабаев И.Ю.
Приказ № 111.7
от «31» август 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы психологии»

для обучающихся 11 класса

Качкашур 2023г.

Пояснительная записка

Преподавание курса психологии в 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.

Настоящая программа по психологии для 11 класса создана на основе авторских программ Пономаренко Л.П., Белоусовой Л.В. «Основы психологии для старшеклассников». Программа учебного курса по психологии для старшеклассников.

Цель: Формирование гуманистического мировоззрения и психологической культуры учащихся, развитие социальных компетенций учащихся.

Задачи:

- способствовать самораскрытию и развитию способностей учащихся;
- развить компетенции рефлексии и самоанализа своих чувств, желаний, поступков;
- развить способность понимания чувств и мотивов поведения других людей;
- обучить приемам саморегуляции в стрессовых ситуациях;
- обучить приемам творческого преодоления конфликтов.

Общая характеристика курса

Методической особенностью данной программы является проблемно-диалогический подход в обучении. Особую роль в творческом освоении знаний старшеклассников имеют проблемные вопросы. Их постановка позволяет включить учащихся в обсуждение, побудить высказать свою точку зрения, задуматься о неожиданных аспектах привычных событий или отношений. Выслушивая разные мнения, преподаватель должен поощрять активность учащихся, удерживаться от критических замечаний и категоричных оценок.

Диалогический характер обучения призван способствовать самостоятельному «открытию» школьниками различных аспектов психологических явлений и фактов; осознанию необходимости учета позиций, мнений, интересов и потребностей других людей в процессе межличностного взаимодействия, преимуществ конструктивных взаимоотношений с людьми для достижения собственных жизненных целей.

Основным принципом осуществления данной программы является создание атмосферы доверия и раскрепощенности, обстановки творческого поиска, в которой учащиеся смогут свободно высказывать свое мнение, разыгрывать ситуации, ролевые игры. Выполнять упражнения, что требует от преподавателя владения активными методами обучения, умения вести дискуссии, обсуждения,

организовывать работу в малых группах, применять элементы психологического тренинга.

При проведении уроков преподаватель чаще выступает как фасилитатор, организующей конструктивное общение участников, что предполагает применение навыков активного слушания, гибкости и творческого подхода.

Данные методы и приёмы позволяют наиболее эффективно решать поставленные задачи курса. Для реализации содержания обучения по данной программе основные теоретические положения сопровождаются выполнением практических работ, которые помогают учащимся применять изученные понятия на практике, в конкретных жизненных ситуациях.

В процессе обучения используется различный дидактический материал: презентации по темам курса, плакаты, схемы, видеоматериалы, «Дневник профессионального самоопределения».

Полный учебно-методический комплект курса состоит из следующих элементов:

- программа;
- методическое пособие для учителя;
- дидактический материал на электронных носителях.

Планируемые результаты изучения учебного предмета (ФГОС)

- 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.
- воспитание у учащихся эмоционально-ценностного отношения к человеку, развитию, активности, творчеству, психологической культуре, познанию, здоровью,

Учебно-познавательные умения:

- Умение составить план ответа;
- Участвовать в дискуссии, вести полемику;

- Высказывать свое мнение, задавать уточняющие вопросы;
- Умение доказывать;
- Пользоваться научным языком;
- Моделировать.

Логические общеучебные умения и навыки

- Определение причинно-следственной зависимости;
- Установление существенных и несущественных свойств объектов (понятий);
- Приведение контраргументов для неверных утверждений;
- Формулирование выводов по результатам анализа.

Умения и навыки организации учебного процесса

- Умения планировать, контролировать и оценивать учебную работу;
- Самооценка уровня овладения учебным материалом;
- Формулирование главной мысли, содержащейся в тексте;
- Умение пользоваться предметным и именным указателями, оглавлениями.

Культура устной и письменной речи

- Выступление с докладом на заданную тему;
- Рецензирование текста или выступления;
- Составление конспекта прочитанного текста или прослушанного выступления, лекции, доклада;
- Составление реферата на определенную тему по нескольким литературным источникам;
- Умение общаться и находить общий язык с окружающими;
- Формировать собственную оценку.

Специальные умения и навыки

- Распознавания эмоционального состояния людей;
- Использование в общении различных речевых средств;
- Анализ проявления психологических защит в поведении человека;
- Преодоления барьеров в общении;
- Конструктивно реагировать на негативные эмоции партнеров;
- Умение строить отношения с окружающими;
- Умение быть толерантным;
- Способность к рефлексии и самосовершенствованию;

- Выработка собственной личностной позиции;
- Способность конструктивно строить взаимоотношения с окружающими;
- Осознание возможности и необходимости быть субъектом общественной жизни.

Особенности содержания курса «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.

Методическое пособие для учителя представляет собой рекомендации по реализации программы курса. В нем содержится обширный информационный материал, отобранный и структурированный в соответствии с целями курса, необходимый учителю для проведения занятий, а также методические рекомендации по выбору форм и методов их проведения. Пособие построено по блочно-модульному принципу, что позволит педагогу конструировать и реализовывать многовариантные образовательные траектории.

Программа рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю).

**Календарно-тематический план на 2023 – 2024 учебный год
по курсу «Психология общения» 11 класс**

№	Тема урока	часы	Тип урока, его форма	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки учащихся (результат)
1	Общение. Структура и средства общения	1	Урок усвоения новых знаний. Лекция с элементами беседы.	Значение понятия общение, структура и средства общения	Знать: Знакомство с целями всего курса Общение и его стороны
2-3	Невербальные средства общения	2	Урок усвоения новых знаний. Беседа с выполнением практических заданий	Приёмы невербальной коммуникации, интерпретация невербальных сигналов	Знать: Основные каналы общения Невербальное общение Позы и жесты Уметь: Наблюдать за жестами, позой, мимикой и даже походкой
4	Речевые средства общения	1	Урок усвоения новых знаний. Рассказ учителя с выполнением практических заданий	Раскрыть значение интонации в общении и различных речевых средств	Знать: Что такое интонация Темп и громкость речи Форма изложения Уметь: Распознавать эмоциональное состояния человека
5	Позиции в общении	1	Урок усвоения новых знаний. Рассказ учителя с выполнением практических заданий	Основы теории Э. Берна об эго – состояниях личности	Знать: Различные состояния «Я» Эго – состояние «Родитель», «Взрослый», «Ребёнок» Уметь: Раскрыть преимущества и недостатки разных позиций в общении
6	Стили общения	1	Урок усвоения новых знаний, умений и навыков Беседа с решением ситуационных задач	Представление об особенностях наиболее эффективных в общении стилей	Знать: Виды общения Уметь: Правила этикета в общении
7	Манипулирование	1	Урок усвоения новых знаний. Лекция с элементами беседы	Раскрыть один из видов неконструктивного общения	Знать: Что такое манипулирование Причины манипулирования Уметь: Распознавать и противостоять манипулированию со стороны других людей
8	«Что мешает открытому общению?»	1	Урок - дискуссия	Проверка пройденного материала в форме игры	Уметь: Распознавать и противостоять манипулированию со стороны других людей
9	Механизмы межличностного восприятия	1	Урок применение новых знаний, умений и навыков. Практическая работа	Познакомить с основными феноменами межличностного восприятия	Знать: Роль первого впечатления Эффект Ошибки превосходства Уметь: Развивать способность более глубокого понимания

					влияния этих механизмов на процесс общения
10-11	Психологические защиты	2	Урок применения новых знаний, умений и навыков. Практическая работа	Представление о механизмах психологических защит	Знать: Что такое «Психологические защиты» Уметь: Функции и роли в поведении человека
12	Барьеры общения	1	Урок усвоения новых знаний, умений и навыков. Беседа	Представление о барьерах в общении, основные психологические феномены, препятствующие эффективному общению	Знать: Что мешает полноценному общению Уметь: Развивать навыки преодоления барьеров в общении
13-14	Конструктивное общение. Контроль эмоций	2	Урок усвоения навыков и умений. Семинар Практическая работа	Рассмотреть приёмы управления своими эмоциями	Знать: Способы снижения эмоциональной напряженности. Уметь: Развивать способность к выработке собственных способов эффективной коммуникации
15	Активное и пассивное слушание	1	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Раскрыть важность умения слушать для эффективного общения; познакомить учащихся с видами слушания, техниками активного слушания	Знать: Виды слушания Уметь: Развить навыки эмпатического слушания
16-17	Приёмы и расположение к себе. Самопрезентация.	2	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Познакомить учащихся с приемами расположения к себе собеседника; изучить функции и конструкции комплиментов и других знаков внимания	Знать: Знаки внимания Комплименты Уметь: Развить навыки использования знаков внимания, эффективной самопрезентации.
18	Конфликт. Стили разрешения конфликтов	1	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Познакомить учащихся с понятием «конфликт»; дать представление о различных стилях разрешения конфликта	Знать: Что такое конфликт Основные стили разрешения конфликтов Уметь: Углубить самопонимание путем выявления своего собственного стиля, характерного для поведения в конфликте
19	Управление конфликтом	1	Урок усвоения навыков и умений. Практическая работа	Рассмотреть способы конструктивного поведения в конфликте, методы управления конфликтом, роль эмоций в динамике конфликта	Знать: Динамика конфликта Конструктивное разрешение конфликтов Уметь: Развить навыки творческого разрешения конфликтных ситуаций
20-	Психологические	2	Уроки	Рассмотреть некоторые	Уметь:

21	аспекты семейных отношений		применения новых знаний, умений и навыков.	из проблем, возникающих на ранних этапах существования семьи, проанализировать факторы, влияющие на стабильность брака	методы конструктивного разрешения семейных конфликтов
22-23	Функции семьи. Стили семейного воспитания	2	Уроки усвоения новых знаний, навыков и умений. Беседа с выполнением практических заданий	Познакомить учащихся с функциями семьи, более детально остановиться на воспитательной функции; изучить стили гармоничного и негармоничного воспитания; дать представление о психологических проблемах родителей в семьях с негармоничным стилем воспитания	Знать: Значение гармоничных отношений в браке Функции семьи Уметь: понимание собственных ожиданий от брака
24	Интимные отношения	1	Уроки применения новых знаний, умений и навыков.	Повысить уровень культуры учащихся в сфере интимных отношений	Знать: Роль интимных отношений в жизни человека Норма и патология
25	Коллектив и личность	1	Уроки применения новых знаний, умений и навыков.	Познакомить учащихся с видами малых групп, с этапами формирования коллектива	Уметь: представление о распределении ролей в коллективе
26	Лидерство	1	Урок усвоения новых знаний и навыков и умений.	Познакомить учащихся с типами лидерства, стилями управления коллективом; дать представление о психологических качествах, необходимых лидеру; углубить понимание своих способностей к руководству людьми	Знать: Кто может стать лидером? Психологические качества лидера Типы лидеров Уметь: развить навыки конструктивной презентации лидерских качеств
27	Социально - психологические особенности взаимодействия людей в малой группе. Конформизм	1	Уроки обобщения и систематизации новых знаний. Решение ситуационных задач	Познакомить учащихся с понятием «групповые нормы», феноменом группового давления, понятием «конформизм», с причинами высокого уровня конформности	Знать: Групповые нормы Конформизм Уметь: развить навыки отстаивания своей позиции в группе
28	Развитие навыков уверенного отказа	1	Урок усвоения новых знаний. Беседа с решением ситуационных задач	Дать учащимся рекомендации, направленные на развитие способности противостоять давлению сверстников, умения сказать «нет»;	Знать: Почему не всегда удается сказать «нет»? Право на отказ Уметь: сформировать навыки уверенного отказа
29-30	Деловая беседа	2	Урок усвоения новых знаний. Беседа с элементами самостоятельной работы	Познакомить учащихся с условиями и приемами эффективного ведения деловой беседы, фазами беседы;	Знать: Деловое общение Функции деловой беседы Уметь: развить навыки правильного построения

				проанализировать различные тактики и стили ведения беседы	делового разговора
31	Психологические особенности публичного выступления	1	Урок усвоения новых знаний. Беседа	Познакомить учащихся с компонентами и различными стратегиями публичного выступления	Знать: Неречевые компоненты публичного выступления Язык выступающего Уметь: развить навыки публичного выступления
32	Экзамен. Психологические аспекты	1	Уроки обобщения и систематизации знаний.	Познакомить учащихся с приемами, позволяющими более успешно построить свой ответ на экзамене	Знать: Стратегии построения ответа на экзамене Приемы самонастройки и аутотренинга Уметь: навыки преодоления тревоги и волнения в условиях экзамена
33	Профессиональное самоопределение	1	Урок игра	Формирование общей готовности к самоопределению, * активизация проблемы выбора профессии; выявление профессиональных интересов и склонностей учащихся; расширение представлений о мире профессий и их особенностях	Профорориентационная игра «Подарок»
34	Проектирование профессионального жизненного пути	1	Уроки обобщения и систематизации знаний.	Дать учащимся представление об основах стратегии выбора профессии, различных факторах, которые нужно учесть при выборе профессии; познакомить учащихся с требованиями, предъявляемыми к различным профессиям (профессионально важные качества); дать общую информацию о высших учебных заведениях, рынке труда	Уметь: навыки использования алгоритма принятия решений

Методические пособия для учителя:

1. Методики изучения особенностей общения.
2. Психологические тесты.
3. Репродукции картин, рисунки детей для определения эмоционального состояния человека.

Литература, электронные ресурсы.

Для учителя:

1. Андреева Г.М. Социальная психология: Пособие для студентов / Г.М.Андреева. - М., 2001.
2. Аронсон Э. Общественное животное: Введение в социальную психологию / Э.Аронсон. – М., 1998.
3. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы: Пер. с англ. / Э.Берн. - М.: Современный литератор, 2006.
4. Бодалев А.А. Восприятие человека человеком / А.А.Бодалев. - М., 1992.
5. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга / И.В.Вачков. - М., 2001г.
6. Григорьева Т.Г., Линская Л.В., Усольцева Т.П. Основы конструктивного общения. / Т.Г. Григорьева, Л.В. Линская, Т.П. Усольцева. - Новосибирск, 1997 г.
7. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения / А.Б.Добрович. - М., 1887.
8. Козлов Н.И. Лучшие психологические игры и упражнения / Н.И.Козлов.-Екатеринбург,1997 г.
9. Коломинский Я.Л. Психология взаимоотношений в малых группах / Я.Л.Коломинский. – Минск, 2000.
10. Кон И.С. Дружба / И.С.Кон. – М., 1980.
11. Кроль Л.М. Человек-оркестр: микроструктура общения / Л.М.Кроль, Е.Л.Михайлова. - М., 1993.
12. Куницына В.Н. Межличностное общение: Учебник для вузов / В.Н.Куницына, Н.В.Казаринова, В.М.Погольша. - СПб., 2001.
13. Микляева А.В. Я – подросток. Мир эмоций. Программа уроков психологии / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2003 г.
14. Микляева А.В. Я – подросток. Встречи с самим собой. Программа уроков психологии / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2003г.
15. Микляева А.В. Я – подросток. Я среди других людей. Программа уроков психологии / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2003 г.
16. Пономаренко П.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников / П.П. Пономаренко, Р.В. Белоусова.- М.: Гуманит. изд.центр «Владос»,2001 г.
17. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. Под ред. И.В.Дубровиной.- Екатеринбург: «Деловая книга», 2000 г.