

МКОУ "Мармыжанская средняя общеобразовательная школа"
Советского района Курской области

ПРИНЯТО
педагогическим советом
от «30» августа 2023 года
протокол № 1

Директор школы

УТВЕРЖДЕНО
Приказом МКОУ «Мармыжанская средняя
общеобразовательная школа»
Советского района Курской области
№ 2-125 от 30 августа 2023 г.

Е.А. Атанова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

учебного курса

«ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ. Я ПОЗНАЮ СЕБЯ»

11 класс

пос. им. Ленина 2023 г.

Планируемые результаты освоения курса в 11 классе

Предметные результаты.

1. Знание общественно-исторической обусловленности человеческих способностей.
2. Понимание психологических механизмов развития способностей.
3. Понимание роли общих способностей для достижения успешности в обучении и в жизни.
4. Формирование представления о специальных способностях и их связи с различными видами человеческой деятельности.
5. Формирование представления о том, что роднит понятия «способности», «талант», «гениальность» и что дает основания их различать.

Личностные результаты

1. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.
2. Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
3. Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира.
4. норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.
5. Стремление к поиску наиболее эффективных способов учебной деятельности.
6. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.
7. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные результаты

1. Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
2. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
3. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
4. Активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач;
5. Определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Содержание курса

№	Тема	Кол-во часов	Виды деятельности
	Общение. Структура и средства общения	4	Цели курса. Общение и его стороны. Средства общения. Основные каналы общения. Невербальное общение. Позы и жесты. Походка. Межличностное пространство. Роль невербальных средств в передаче информации. Жесты. Мимика. Интонация. Темп и громкость речи. Форма изложения.
	Диагностика	1	«Методика самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейн» Тест школьной тревожности Филлипаса
	Позиции в общении	5	Различные состояния «Я». Эго-состояние «Родитель». Эго-состояние «Ребенок». Схема Томаса А. Харриса. Стили общения. Виды общения. Этикет Что такое манипулирование? Причины манипулирования. Типы манипулятивных систем. Трюки манипулятора. Манипулятивные способы поведения в конфликте.
	Механизмы межличностного восприятия.	2	Роль первого впечатления. «Эффект ореола». Ошибка превосходства. Ошибки привлекательности. Фактор отношения к вам. Каузальная атрибуция. Установка.
	Психологические защиты	3	Психологическая защита. Вытеснение. Проекция. Замещение. Отрицание. Рационализация. Сублимация
	Конструктивное общение	3	Что мешает полноценному общению? Наиболее распространенные барьеры в общении. Стереотипизация. Препятствия, мешающие нормальным взаимоотношениям. Саботажники общения. Способы снижения эмоциональной напряженности. Управление своими эмоциями и чувствами. Конструктивное выражение негативных чувств. Процесс слушания. Задачи, решаемые в процессе слушания. Виды слушания. Правила эмпатического слушания.
	Приемы расположения к себе. Самопрезентация	2	Знаки внимания. Compliments. Как правильно делать комплименты. Похвала и поддержка. Самопрезентация. Фактор превосходства. Самоподача привлекательности и демонстрация отношения.
	Конфликт. Стили разрешения конфликтов	2	Конфликт. Основные стили разрешения конфликтов. Динамика конфликта. Конструктивное разрешение конфликтов. Принципы управления конфликтом. Контроль эмоций.
	Психологические аспекты семейных	4	Различия между браком и периодом ухаживания. Факторы, влияющие на стабильность брака. Роль

	отношений		сексуальных отношений в стабильности семьи. Общение в семье: конфликты и их преодоление. Значение гармоничных отношений в браке. Функции семьи. Детско-родительские отношения. Типы негармоничного воспитания.
	Коллектив и личность	3	Роль процесса социализации в развитии личности. Виды групп. Коллектив. Этапы формирования коллектива. Распределение ролей в коллективе. Кто может стать лидером? Психологические качества лидера. Типы лидеров. Стили управления. Социально-психологические особенности взаимодействия людей в малой группе. Групповые нормы. Конформизм. Эксперимент С. Аша. Факторы, влияющие на уровень конформности. Развитие навыков уверенного отказа. Почему не всегда удается сказать «нет»? Право на отказ. Приемы противостояния давлению.
	Диагностика	1	Методика диагностики сформированности УУД Л.И.Тимонина
	Профессиональное самоопределение	4	Общая готовность к самоопределению. Проблема выбора профессии. Выявление профессиональных интересов и склонностей. Выбор профессии. Классификация профессий. Типология личности Голланда. Условия выбора профессии. Возможные затруднения при выборе профессии. Сдача проектов «В поисках своего призвания».

Тематическое планирование

Разделы курса	Количество часов
Общение. Структура и средства общения	4
Диагностика	1
Позиции в общении	5
Механизмы межличностного восприятия.	2
Психологические защиты	3
Конструктивное общение	3
Приемы расположение к себе. Самопрезентация	2
Конфликт. Стили разрешения конфликтов	2
Психологические аспекты семейных отношений	4
Коллектив и личность	3
Диагностика	1
Профессиональное самоопределение	4
ИТОГО	34

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	№ в данной теме	Тема	Кол-во часов	Дата проведения	
				по плану	фактически
Общение. Структура и средства общения (4 ч)					
1	1	Цели курса. Общение и его стороны. Средства общения. Основные каналы общения. Методика изучения мотивации учения подростков (М.И. Лукьянова, Н.В. Калинина)	1		
2	2	Общение. Позы и жесты. Походка. Межличностное пространство.	1		
3	3	Роль невербальных средств в передаче информации.	1		
4	4	Жесты. Мимика. Интонация. Темп и громкость речи. Форма изложения.	1		
Диагностика (1 ч)					
5	1	«Методика самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейн» Тест школьной тревожности Филлипаса	1		
Позиции в общении (5 ч)					
6	1	Различные состояния «Я». Эго-состояние «Родитель». Эго-состояние «Ребенок». Схема Томаса А. Харриса.	1		
7	2	Стили общения. Виды общения. Этикет	1		
8	3	Что такое манипулирование? Причины манипулирования.	1		
9	4	Типы манипулятивных систем. Трюки манипулятора.	1		
10	5	Манипулятивные способы поведения в конфликте. Что мешает открытому общению?	1		
Механизмы межличностного восприятия (2 ч)					
11	1	Роль первого впечатления. «Эффект ореола». Ошибка превосходства. Ошибки привлекательности.	1		
12	2	Фактор отношения к вам. Каузальная атрибуция. Установка.	1		
Психологические защиты (3 ч)					
13	1	Психологическая защита.	1		
14	2	Психологическая защита. Вытеснение. Проекция. Замещение.	1		

15	3	Психологическая защита. Отрицание. Рационализация. Сублимация.	1		
Конструктивное общение (3 ч)					
16	1	Что мешает полноценному общению? Наиболее распространенные барьеры в общении. Стереотипизация. Препятствия, мешающие нормальным взаимоотношениям.	1		
17	2	Саботажники общения. Способы снижения эмоциональной напряженности. Управление своими эмоциями и чувствами. Конструктивное выражение негативных чувств.	1		
18	3	Процесс слушания. Задачи, решаемые в процессе слушания. Виды слушания. Правила эмпатического слушания.	1		
Приемы располжение к себе. Самопрезентация (2 ч)					
19	1	Знаки внимания. Compliments. Как правильно делать комплименты. Похвала и поддержка.	1		
20	2	Самопрезентация. Фактор превосходства. Самоподача привлекательности и демонстрация отношения.	1		
Конфликт. Стили разрешения конфликтов (2 ч)					
21	1	Конфликт. Основные стили разрешения конфликтов. Динамика конфликта.	1		
22	2	Конструктивное разрешение конфликтов. Принципы управления конфликтом. Контроль эмоций.	1		
Психологические аспекты семейных отношений (4 ч)					
23	1	Различия между браком и периодом ухаживания. Факторы, влияющие на стабильность брака.	1		
24	2	Общение в семье: конфликты и их преодоление. Значение гармоничных отношений в браке. Функции семьи.	1		
25	3	Детско-родительские отношения.	1		
26	4	Детско-родительские отношения. Типы негармоничного воспитания.	1		
Коллектив и личность (3 ч)					
27	1	Роль процесса социализации в	1		

		развитии личности. Виды групп. Коллектив. Этапы формирования коллектива. Распределение ролей в коллективе.			
28	2	Кто может стать лидером? Психологические качества лидера. Типы лидеров. Стили управления.	1		
29	3	Социально-психологические особенности взаимодействия людей в малой группе.	1		
Диагностика (1 ч)					
30	1	Методика диагностики сформированности УУД Л.И.Тимонина	1		
Профессиональное самоопределение (4 ч)					
31	1	Общая готовность к самоопределению. Проблема выбора профессии. Выявление профессиональных интересов и склонностей.	1		
32	2	Выбор профессии. Классификация профессий. Типология личности Голланда. Условия выбора профессии.	1		
33	3	Возможные затруднения при выборе профессии.	1		
34	4	Обобщение, заключительное занятие.	1		