

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
УВР МОУ «СОШ п. Коминтерн»
И.В. Кудряшова
31.08.2022 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Т.И. Гончарова
Приказ № 214 от 31.08.2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету «Основы психологии»
для 10-11 классов МОУ «СОШ п. Коминтерн»

Срок реализации: 2 года

Составитель:
Педагог – психолог: Клюкина О.А

2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ

- | | | |
|----|---|--------|
| 1. | Планируемые результаты освоения учебного предмета (курса) | стр. 3 |
| 2. | Содержание учебного предмета, курса | стр. 4 |
| 3. | Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы, в том числе с учетом рабочей программы воспитания. | стр. 6 |
| 4. | Приложение
Календарно-тематическое планирование | Стр.7 |

Планируемые результаты освоения учебного предмета.

10 класс.

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; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.
4. Освоение социальных 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.

11 класс.

Предметные результаты.

1. Представление о психологической культуре как части общей культуры.
2. Понимание роли психологии в современной духовной жизни и познании человеком самого себя и других людей.
3. Представление об индивидуальных особенностях самопознания и познания других людей

4. Понимание психологического механизма обмана, манипулирования и формирование представлений о способах противостояния обману.
5. Формирование представления о способах преодоления трудностей, осознание особенностей собственного поведения в трудных жизненных ситуациях
6. Формирование представления о психологической помощи и особенностях применения психологических знаний в разных сферах общественной жизни.

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; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.
4. Освоение социальных 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 учебного предмета.

10 класс.

Введение (1 урок).

Психология самоопределения. Что такое психологическая готовность к самоопределению, социализация, ценностные ориентации, выбор.

1. Юность – пора самоопределения (4 урока).

Что такое самоопределение, мировоззрение, идентичность, рефлексия, смысл жизни. Какова роль временной перспективы для самоопределения и личностного развития. Как эффективно использовать время своей жизни, планирование.

2. Личностное самоопределение (10 уроков).

Чувства, как отражение личности человека, его индивидуальные особенности и

жизненного опыта. Структура и роль чувств, эмоций и эмоциональных состояний. Развитие чувств в онтогенезе. Высшие чувства. Психологическая характеристика чувств.

3. Профессиональное самоопределение (4 урока).

Личностные факторы профессионального самоопределения. Условия успешного профессионального самоопределения. Выбор будущей профессии. Индивидуальный стиль деятельности. Карьера. Викторина «Калейдоскоп профессий».

4. Социальное самоопределение (9 уроков)

Роль и значение семьи в жизни человека. Психологические особенности мужчин и женщин, социальные стереотипы. Любовь в семье. Психологическая совместимость.

5. Что может нарушить процесс самоопределения (6 уроков)

Психологические барьеры. Психологический стресс, его причины, формы и способы преодоления. Психологические зависимости. Способы уверенного отказа. Сообщение «Как избежать стресса?».

11 класс

Введение (1ч.).

1. Психологическая культура как часть общей культуры (6ч.)

Что включает в себя понятие «культура». Образование и культура. Психологическая культура. Психологические знания как важный компонент психологической культуры. Что такое «житейская психология». Научная психология. Взаимодействие научной и «житейской» психологии

2. Психологическая культура личности (7ч)

Что человек может знать о самом себе как о личности и индивидуальности. Как человек познает себя. Индивидуальные различия в познании и самопознании. Самопознание и познание других людей. Психологические знания и самопознание. Проявление психологической культуры личности в общении и отношениях. Умение принимать решения и самостоятельно решать личные проблемы. Поведение в трудных ситуациях. Жизненная стойкость.

3. Психология в повседневной жизни (9ч.)

Психология в политической, информационной, экономической, бытовой сферах жизни. Психология пропаганды. Что такое «пиар». Средства массовой информации как инструмент воздействия на людей. Психологическая эффективность воздействия на человека СМИ. Стихийные формы передачи информации. Реклама как способ психологического воздействия. Психологические особенности имиджа. Психология мошенничества. Как избежать обмана

4. Практическая психология (8ч.)

Что такое психологическая помощь и поддержка. Когда у человека возникает потребность в психологической помощи. Донаучные способы оказания психологической помощи. Современная психологическая помощь при возникновении у человека личных проблем. Психотерапия. Медицинская и психологическая психотерапия. Групповая психотерапия. Тренинги и группы встреч. Психологическое консультирование. Профорентация и профконсультация. Работа психолога в различных сферах жизни. Психологическая помощь в экстремальных ситуациях. Какие ситуации можно назвать экстремальными. Посттравматический стресс: история проблемы. Как проявляется посттравматический стресс. Как помочь людям, пережившим травматические события. Психология террора и терроризма. Этика профессиональной деятельности психолога.

Заключение (1ч.).

Обобщение основных научных и практических аспектов, которые изучались и обсуждались в контексте темы: «Психология: наука, культура, жизнь».

Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы, в том числе с учетом рабочей программы воспитания.

Тематическое планирование.

10 класс.

№	тема	Кол-во часов	Модуль «школьный урок»
	Введение	1ч	
1.	Юность – пора самоопределения	4ч	
2.	Личностное самоопределение	10ч	
3.	Профессиональное самоопределение	4ч	Викторина «Калейдоскоп профессий».
4.	Социальное самоопределение	9ч	
5.	Что может нарушить процесс самоопределения	6ч	Сообщение «Как избежать стресса?».
	Итого:	34ч	

11 класс.

№	тема	Кол-во часов	Модуль «школьный урок»
	Введение	1ч	
1.	Психологическая культура как часть общей культуры	6ч	
2.	Психологическая культура личности	7ч	Диспут «Поведение в трудных ситуациях»
3.	Психология в повседневной жизни	9ч	
4.	Практическая психология	10 ч	«Этика профессиональной деятельности психолога»
	Заключение	1ч	
	Итого:	34ч	

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
УВР МОУ «СОШ п. Коминтерн»
И.В. Кудряшова
31.08.2022 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Т.И. Гончарова
Приказ № 214 от 31.08.2022 г.

Приложение к рабочей программе:
календарно-тематическое планирование
по учебному предмету «Основы психологии»
на 2022/2023 учебный год
для 10-11 класса МОУ «СОШ п. Коминтерн»

2022 г.

Календарно-тематическое планирование «Основы психологии».

10 класс.

№ урока	Дата		Корректурка	Тема урока	Количество часов
	план	факт			
1	6.09			Введение. Общие понятия о самоопределении.	1
Раздел 1. Юность - пора самоопределения – 4 ч.					
2.1	13.09			Мировоззрение и самоопределение.	1
3.2	20.09			Жизненные цели и временная перспектива.	1
4.3	27.09			Свойства временной перспективы.	1
5.4	4.10			Обобщение по теме «Юность - пора самоопределения».	1
Раздел 2. Личностное самоопределение – 10 ч.					
6.1	11.10			Чувства.	1
7.2	18.10			Эмоции.	1
8.3	25.10			Развитие чувств в онтогенезе.	1
9.4	8.11			Высшие чувства.	1
10.5	15.11			Психологическая характеристика нравственных чувств.	1
11.6	22.11			Психологическая характеристика чувства вины, стыда.	1
12.7	29.11			Психологическая характеристика чувства долга, ответственности, чести и достоинства.	1
13.8	6.12			Психологическая характеристика моральных чувств.	1
14.9	13.12			Психологическая характеристика чувства одиночества.	1
15.10	20.12			Обобщение по теме «Личностное самоопределение»	1
Раздел 3. Профессиональное самоопределение – 4 ч.					
16.1	27.12			Отношение к труду и самооценка в процессе профессионального самоопределения.	1
17.2	10.01			Способности и склонности.	1
18.3	17.01			Выбор будущей профессии. Викторина «Калейдоскоп профессий».	1
19.4	24.01			Обобщение по теме «Профессиональное самоопределение».	1
Раздел 4. Социальное самоопределение – 9 ч					
20.1	31.01			Семья и брак.	1
21.2	7.02			Психологические особенности мужчин и женщин.	1
22.3	14.02			Социальные стереотипы мужественности и женственности.	1
23.4	21.02			Любовь – высшее человеческое чувство.	1
24.5	28.02			Многообразие проявлений чувства любви.	1

25.6	7.03			Любовь и семья.	1
26.7	14.03			Семейные отношения.	1
27.8	21.03			Брак. Семейные ценности.	1
28.9	4.04			Обобщение по теме «Социальное самоопределение».	1
Раздел 5. Что может нарушить процесс самоопределения – 6 ч.					
29	11.04			Психологические барьеры самоопределения.	1
30	18.04			Психологический стресс. Фрустрация. Сообщение «Как избежать стресса?».	1
31	25.04			Психологические зависимости. Бегство в иллюзии.	1
32	2.05			Игровая зависимость. Интернет-зависимость.	1
33	16.05			Общие характеристики психологической зависимости.	1
34	23.05			Обобщение по теме «что может нарушить процесс самоопределения».	1

Календарно – тематическое планирование «Основы психологии».

11 класс

№ урока	Дата		Корректировка	Тема урока	Количество часов
	план	факт			
1	2.09			Введение. Психология как наука	1
Раздел 1. Психологическая культура как часть общей культуры (6ч.)					
2.1	9.09			Образование и культура.	1
3.2	16.09			Психологическая культура.	1
4.3	23.09			Житейская психология.	1
5.4	30.09			Научная психология.	1
6.5	7.10			Взаимодействие житейской и научной психологии.	1
7.6	14.10			Обобщение по теме «Психологическая культура как часть общей культуры».	1
Раздел 2. Психологическая культура личности (7ч.)					
8.1	21.10			Самопознание и познание других людей.	1
9.2	28.10			Психологические знания и самопознание.	1
10.3	10.11			Проявление психологической культуры личности в его общении.	1
11.4	17.11			Толерантность как показатель психологической культуры.	1
12.5	24.11			Поведение в трудных ситуациях.	1
13.6	2.12			Жизненная стойкость. Диспут «Поведение в трудных ситуациях»	1
14.7	9.12			Обобщение по теме «Психологическая культура личности».	1
Раздел 3. Психология в повседневной жизни (9 ч.)					

15.1	16.12			Психология в политической, информационной, экономической, бытовой сферах жизни.	1
16.2	23.12			Психологическая эффективность воздействия на человека средств массовой информации.	1
17.3	13.01			Стихийные формы передачи информации.	1
18.4	20.01			Реклама как способ психологического воздействия.	1
19.5	27.01			Психологическая эффективность воздействия рекламы на человека. Виды рекламы.	1
20.6	3.02			Психологические особенности имиджа.	1
21.7	10.02			Психология мошенничества.	1
22.8	17.02			Как избежать обмана.	1
23.9	24.02			Обобщение по теме «Психология в повседневной жизни».	1
Раздел 4. Практическая психология (10 ч).					
24.1	3.03			Что такое психологическая помощь и поддержка.	1
25.2	10.03			Медицинская и психологическая психотерапия.	1
26.3	17.03			Групповая психотерапия.	1
27.4	7.04			Психологическое консультирование.	1
28.5	14.04			Профориентация и профконсультация.	1
29.6	21.04			Работа психолога в разных сферах общественной жизни.	1
30.7	28.04			Психологическая помощь в экстремальных ситуациях.	1
31.8	5.05			Психология террора и терроризма.	1
32.9	12.05			Маршрут безопасности.	1
33.10	19.05			Обобщение по теме «практическая психология».	1
Заключение (1 ч).					
34.1	26.05			Этика профессиональной деятельности психолога.	1