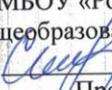
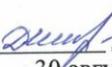


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ровеньская средняя общеобразовательная школа №2
Ровеньского района Белгородской области»

<p>«Рассмотрена» Руководитель МО учителей основного общего образования МБОУ «Ровеньская средняя общеобразовательная школа №2»  Становская С.В. Протокол № 1 от 30 августа 2021 г.</p>	<p>«Согласована» Заместитель директора МБОУ «Ровеньская средняя общеобразовательная школа №2»  Дегтярева И.В. 30 августа 2021 г.</p>	<p>«Утверждена» Приказ МБОУ «Ровеньская средняя общеобразовательная школа №2» от 30 августа 2021 г. №327  Волочаева М.В.</p> 
--	---	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Практикум по психологии»
Возраст обучающихся 15 – 16 лет
Срок реализации 1 год

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Практикум по психологии» для учащихся 10 классов составлена в полном соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом общего образования, требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Приоритетным направлением образования в условиях модернизации является развитие личности, готовой к продуктивному взаимодействию с окружающим миром, к самообразованию и саморазвитию, а также готовой нести личную ответственность за принятое решение. Кроме того, стремительно развивающаяся информационная среда с каждым днем усиливает влияние на содержание образовательных программ и сам процесс обучения. В этих условиях остро встают вопросы повышения эффективности усвоения учащимися большого потока знаний, адаптации организма к повышающимся стрессовым нагрузкам. В целом, возрастает значимость сохранения здоровья учащихся, в том числе и психологического, как необходимого условия активной жизнедеятельности.

Курс направлен на повышение психологической информированности, ориентирование учащихся в психологической науке, а также на развитие у старшеклассников навыков эффективного общения, приобретение умений адекватного и равноправного взаимодействия, способности к предотвращению и разрешению межличностных конфликтов.

Теоретические знания и практические умения в области психологии позволят старшеклассникам выбрать правильную тактику взаимодействия со сверстниками, родителями, педагогами, а также помогут в реализации своего личностного потенциала.

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к себе, к своему здоровью, к познанию себя:

— 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;

— 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.

- готовность к договорному регулированию отношений в группе или социальной организации;

- готовность обучающихся к конструктивному участию в принятии решений, затрагивающих их права и интересы, в том числе в различных формах общественной самоорганизации, самоуправления, общественно значимой деятельности;

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся с окружающими людьми:

- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей, толерантного сознания и поведения в поликультурном мире, готовности и способности вести диалог с другими людьми, достигать взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;

- принятие гуманистических ценностей, осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению;

- способность к сопереживанию и формирование позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам; бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью других людей, умение оказывать первую помощь;

- развитие компетенций сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.

- ответственное отношение к созданию семьи и на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни;

- положительный образ семьи, родительства (отцовства и материнства), интериоризация традиционных семейных ценностей.

- физическое, эмоционально-психологическое, социальное благополучие обучающихся в жизни образовательной организации, ощущение детьми безопасности и психологического комфорта, информационной безопасности.

Метапредметные результаты: включают освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные).

Регулятивные УУД

- 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;

- оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;

- организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;
- сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

Познавательные УУД

- 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 так же 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;
- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;
- менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

Коммуникативные УУД

- 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, 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.

Планируемые предметные результаты :

- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач, владеть диалогической формой коммуникации;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- анализировать конфликтные ситуации с одноклассникам и искать

компромиссное решение по выходу из конфликта;
— анализировать собственные личностные особенности, а так же личностные особенности одноклассников;

учитывать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной, понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
— поддерживать личностно-доверительный характер взаимодействия среди сверстников, эффективно действовать индивидуально и в группе;
— уметь применять полученные знания в повседневной жизни, прогнозировать последствия принимаемых решений;
— использовать основные способы самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и психической работоспособности, личностного развития и личностных качеств.

Особенности содержания курса «Практикум по психологии» (10 класс).

Программа курса для 10 класса охватывает все основные разделы общей психологии. Используя данные современных психологических теоретических и эмпирических исследований, научно-популярные источники совершена попытка систематизировать обширный литературный материал в целостную логически завершенную систему психологических знаний, адаптированный для восприятия подросткового и раннего юношеского возраста.

В разделе «Общая психология», кроме традиционных тем общей психологии, выделены специальные темы: «Способность к творчеству», «Интерес и успешность в деятельности», «Самооценка способностей», которые имеют прямое отношение к формированию личности старшеклассника, развитию самопонимания, выработке собственной жизненной позиции.

Раздел «Теории личности» построен по принципу «от общего к частному». Для достижения стратегических целей программы (формирования гуманистического мировоззрения, выработка собственной позиции, развитие способности к критической переработке информации, осознанию неоднозначности интерпретации многих сложных феноменов человеческой психики и поведения) в программу изучения курса введены изложения наиболее известных теорий личности. В программе представлены психоанализ З. Фрейда, индивидуальная психология А.Адлера, гуманистическая психология А.Маслоу, бихевиоризм.

Раздел «Возрастная психология» включает в себя изучение процессов формирования и развития личности в онтогенезе. Периодизация детского развития по Д. Б. Эльконину и Д. И. Фельдштейну. Знания в данной области способствует осознанию старшеклассником важности своего юношеского возраста, особенностей критических периодов в жизни человека и перспективы личностного становления.

Структура занятия:

Каждая тема содержит материал, который может излагаться в течение одного занятия. В структуре занятия выделяются следующие этапы хода занятия: объявление целей и задач занятия, повторение пройденного, изучение нового материала, практическая работа и закрепление новой темы, рефлексия и подведение итогов.

Введение.(1ч)

Инструктаж по технике безопасности в учебном кабинете. Понятие о психологии как науке. Что изучает психология. Головной мозг и психика. Зависимость психической деятельности человека от особенностей его нервной системы. Значение психологии для познания самого себя и других, для успешного осуществления учебной и иной деятельности, для общения и взаимодействия с окружающими людьми, для самовоспитания и выбора профессии.

Тема1.Общая психология. Познавательные процессы (7ч)

Общие способности. Познавательные процессы: внимание, память, мышление. Понятие интеллекта. Трехмерная модель интеллекта по Дж. Филфорду. Способность к учению. Понятие творческого мышления, его особенности и условия продуктивности. Строение и функциональная организация мозга. Функциональная асимметрия мозга. Межполушарные различия. Способность к творчеству. Интерес и успешность в деятельности. Самооценка способностей. Психологические практикумы в форме обобщающих уроков.

Тема2.Теории личности(8ч)

Человек как индивид. Человек как личность. Человек как индивидуальность. Теории личности. Психоаналитическая теория личности (З.Фрейд). Индивидуальная теория личности(А.Адлер). Бихевиоризм. Неофрейдизм. Социокультурная теория личности К. Хорни. Концепция "гуманистического психоанализа"Э. Фромма. Гуманистическая психология (А.Маслоу, К.Роджерс). Современные теории личности. Психологические практикумы в форме обобщающих уроков. Организация индивидуальной проектной деятельности учащихся в области психология.

Тема3.Личность(10ч)

Что такое темперамент. Психологические характеристики темпераментов. Темперамент и общение. Темперамент и характер. Что такое характер? Типология характеров Э. Кречмера. Акцентуированные типы характеров по К. Леонгарду. Социальные типы характеров по Э. Фромму. Психологический практикум в форме обобщающего урока. Воля и ее основные признаки. Значение воли в жизни человека, в регуляции его деятельности и общения. Теории воли. Развитие воли у человека. Виды и роль эмоций в жизни человека. Понятие об эмоциях. Классификация и виды эмоций. Психологические теории эмоций. Эмоции и личность. Понятие мотивации. Психологические теории мотивации. Мотивация и деятельность. Мотивация и личность.

Психологическое содержание и значение «Я-концепции» как образования, обеспечивающего целостность личности и возможности её развития. Самооценка и уровень притязаний. Локус контроля. Проблема проявлений личности в поведении. Профилактика аддиктивного поведения. Предварительная защита индивидуальных проектов.

Тема4. Возрастная психология(7ч)

Формирование и развитие личности в онтогенезе. Периодизация детского развития по Д. Б.Эльконину и Д. И. Фельдштейну. Психологические особенности ребенка. Младенчество, детство. Концепция развития детской речи и мышления Л. С. Выготского. Подростковый возраст. Особенности социально-психологической ситуации личностного развития подростка. Юность. Самовоспитание подростков и юношей. Зрелость. Социальная ситуация развития в зрелости, ситуация реализации себя, полного раскрытия своего потенциала в профессиональной деятельности, семейных отношениях. Психологические практикумы в форме обобщающих уроков.

Тематическое планирование учебного предмета
(34 часа)

№ уро ка	Тема урока	Кол- во часов	Дата	Содержание урока
1	Введение в курс. Цели задачи, ожидания. История развития психологии. Отрасли психологии.	1	01.09	Инструктаж по технике безопасности в учебном кабинете. Понятие психики, определение психологии как науки о душе, история развития психологии, основные отрасли психологии, методы исследования в психологии.
	<i>Общая психология</i>			<i>Познавательные процессы</i>
2	Познавательные процессы. Внимание.	1	08.09	Особенности внимания как психического процесса и состояния человека. Свойства внимания: устойчивость, сосредоточенность, переключаемость, распределение и объем. Функции внимания: активизация, обеспечение познавательных процессов. Психологические теории внимания. Развитие внимания.
3	Познавательные процессы. Память.	1	15.09	Общее представление о памяти. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение, узнавание, забывание. Теории и законы памяти. Формирование и развитие памяти.
4	Познавательные процессы. Мышление.	1	22.09	Природа и виды мышления. Отличие мышления от восприятия. Теоретическое и практическое мышление, их подвиды: понятийное, обратное, наглядно-обратное, наглядно-действенное. Логические операции мышления: сравнение, анализ, синтез, абстракция, обобщение, конкретизация. Классификация людей по типам мышления. Теории мышления в психологии. Развитие мышления.

5	Практическая работа по теме «Структура интеллекта».	1	29.09	Понятие интеллекта. Трехмерная модель интеллекта по Дж.Гилфорду. Тесты интеллекта. Коэффициент интеллекта. Устойчивость и изменчивость показателей интеллектуального развития, их связь с профессиональными успехами человека.
6	Творческие способности. Креативность.	1	06.10	Понятие творческого мышления, его особенности и условия продуктивности. Факторы, способствующие и препятствующие творческому мышлению человека.
7	Мозг и психика. Межполушарная асимметрия мозга.	1	13.10	Строение и функциональная организация мозга. Взаимодействие трех основных блоков (аппаратов) человеческого мозга. Функциональная асимметрия мозга. Межполушарные различия.
8	Проверочная работа по теме «Общая психология»	1	20.10	Психологический практикум в форме обобщающего урока.
				Теории личности
9	Личность. Сущность, определение.	1	27.10	Человек как индивид. Человек как личность. Человек как индивидуальность.
10	Психоаналитическая теория личности(З.Фрейд)	1	10.11	Структура личности по З.Фрейду. Механизмы психологической защиты. Психосексуальные стадии развития. Сновидения и механизмы сновидений. Психоанализ как метод лечения.
11	Индивидуальная теория личности (А.Адлер)	1	17.11	Индивидуальная психология холистической системы. Личность как часть социальной системы, Четыре основных принципа адлеровской системы-это целостность, единство индивидуального стиля жизни, социальный интерес, или чувство общности (communityfeelings), и важность целеориентированного поведения.
12	Бихевиоризм	1	24.11	Предмет бихевиоризма-это поведение человека-это все поступки, слова, действия,
				как приобретенные, так и врожденные. Личность с точки зрения бихевиоризма, опыт, который человек приобретает в течение жизни, набор изучаемых моделей поведения.

13	Неофрейдизм	1	01.12	Неофрейдизм как синтез психоанализа Фрейда с социологическими теориями. Лидеры неофрейдизма К. Хорни, Г. Салливен, Э.Фромм и др. Социокультурная теория личности К.Хорни. Концепция "гуманистического психоанализа" Э.Фромма.
14	Гуманистическая ПСИХОЛОГИЯ (А.Маслоу, К. Роджерс)	1	08.12	Гуманистическая психология как охватывающая весь период жизни человека и описывающая его как личность в терминах внутренних свойств и особенностей, так и поведенческих терминах. Современные теории личности.
15	Проверочная работа по теме «Теории личности»	1	15.12	Психологический практикум в форме обобщающего урока.
16	Индивидуальная проектная деятельность в области Психология	1	22.12	Как готовиться к проведению исследования? Определение темы проекта, исследования. Постановка цели, задач, гипотезы. Новизна и актуальность проекта, исследования. Программа исследования. Как проводить и оформлять исследование?
17	Темперамент	1	12.01	Понятие о темпераменте. Виды темпераментов. Достоинства и недостатки каждого типа темперамента. Свойства темперамента. Темперамент и индивидуальный стиль деятельности. Темперамент и личность.
18	Характер	1	19.01	Общее представление о характере. Характер и темперамент. Типология характеров Э. Кречмера. Акцентуированные типы характеров по К. Леонгарду. Социальные типы характеров по Э.Фромму. Характер и другие черты личности.
19	Воля	1	26.01	Воля и ее основные признаки. Значение воли в жизни человека, в регуляции его деятельности и общения. Волевые качества. Теории воли. Волевая регуляция поведения. Развитие воли у человека.
20	Эмоции и чувства	1	02.02	Виды и роль эмоций в жизни человека. Понятие об эмоциях. Отличие эмоций от ощущений и чувств. Классификация и виды эмоций. Психологические теории эмоций. Эмоции и личность.

21	Мотивация	1	09.02	<p>Понятие мотива и мотивации. Понятие о мотивации как о сознательном и бессознательном процессе. Психологические теории мотивации. Мотивация и деятельность.</p> <p>Мотивация и личность.</p>
22	Предварительная защита индивидуальных проектов	1	16.02	<p>Защита проекта или исследования, выступление на конференции.</p> <p>Подготовка наглядных материалов: презентации, слайды, видеозаписи, демонстрационные эксперименты.</p> <p>Содержание презентации:</p> <ul style="list-style-type: none"> - название доклада, фамилия и имя докладчика, краткая формулировка задания; - список основной использованной литературы; - основные уравнения, чертежи и т.п., если они необходимы; - схема экспериментальной установки; - экспериментальные результаты, их сравнение с теоретическими. <p>План доклада:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Постановка задачи. 2. Обзор литературных данных. 3. Анализ следствий, допускающих проверку. 4. Выбор критерия правильности гипотез. 5. Анализ гипотез, теоретические оценки, перспективы дальнейших исследований. 6. Выводы.
23	Самосознание.«Я-концепция»	1	02.03	<p>Понятие самосознания как особой формы сознания. Психологические особенности самосознания и его развития в онтогенезе, показать значение самосознания в развитии и саморазвитии личности.</p> <p>Психологическое содержание и значение «Я-концепции» как образования, обеспечивающего целостность личности и возможности её развития.</p>
24	Самооценка и уровень притязаний. Локус контроля	1	09.03	<p>Самооценка и уровень притязаний. Значение характеристик самооценки и уровня притязаний для личностного развития человека; значение разумного сочетания ориентации на внешний и внутренний контроль в деятельности</p>

				человека и его развитии.
25	Профилактика аддитивного поведения	1	16.03	Проблема проявлений личности в поведении. Понятие «поступок»; его критерии, структура, виды; неоднозначность поступков. Виды аддукций. Меры профилактики и аддитивного поведения.
26	Проверочная работа по теме «Личность»	1	23.03	Психологический практикум в форме обобщающего урока.
				Возрастная психология
27	Формирование и развитие личности	1	06.04	Формирование и развитие личности в онтогенезе. Периодизация возрастного развития. Две точки зрения на процесс развития: непрерывная и дискретная. Периодизация детского развития по Д.Б.Эльконину и Д.И.Фельдштейну
28	Психологические особенности ребенка	1	13.04	Развитие детского мышления. Концепция развития детской речи и мышления Л.С.Выготского. Различные генетические корни мышления и речи. Развитие диалогической формы речи и ее влияние на мышление. Теория развития интеллекта у детей по Ж. Пиаже. Теория интеллектуального развития ребенка по Дж.Брунеру.
29	Младенчество, детство	1	20.04	Врожденные формы психики и поведения. Рефлекторные, генотипически обусловленные движения младенца. Двигательная активность ребенка. Быстрый прогресс двигательной активности ребенка в течение первого года жизни. Психологические новообразования в дошкольном возрасте и младшем школьном возрасте.
30	Подростковый возраст	1	27.04	Ситуация личностного развития в подростковом возрасте. Особенности социально—психологической ситуации личностного развития подростка. Опережающее формирование интеллекта по сравнению с личностью. Становление самосознания. Формирование волевых качеств подростка. Развитие деловых качеств личности. Достижения психического развития подростков.

31	Юность	1	04.05	<p>Юность-период жизни после отрочества до взрослости(возрастные границы условны- от15-16до21-25лет). Воспитание старшеклассников в школе. Воспитание в общении со сверстниками и взрослыми. Тяга к общению со сверстниками и взрослыми. Воспитание через средства массовой информации и интернет. Преходящий характер влияний моды и культуры на сознание людей подрастающего поколения. Самовоспитание подростков и юношей.</p>
32	Зрелость	1	11.05	<p>Зрелость—самый длительный и самый значимый для большинства людей период жизни(границы определяются по-разному:от30-35 до 65 лет и зависят от индивидуальности человека). Центральное возрастное новообразование зрелости- продуктивность. Социальная ситуация развития в зрелости, ситуация реализации себя, полного раскрытия своего потенциала в профессиональной деятельности и семейных отношениях.</p>
33	Проверочная работа по теме «Возрастная психология»	1	18.05	<p>Психологический практикум в форме обобщающего урока по теме «Возрастная психология»</p>
34	Рефлексия курса. Подведение итогов	1	25.05	<p>Подведем итоги. Интерактивный опрос. Что дает мне знание психологии? Для чего эти знания и опыт?</p>
	Всего	34		
		часа		

Список используемой литературы:

1. Асеев В.Г. Проблема мотивации и личность // Теоретические проблемы психологии личности. - М., 1974;
2. Андреева, Г. М. Психология социального познания М., 2004;
3. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. М., Лист-Нью, 1997.
4. Вердербер Р., Вердербер К. Психология общения. – Спб. 2003;
5. Гальперин Я.Г., Жданов О.И. Технология психологической самозащиты. Стресс-дистресс - проблема XX века. - М., 1997;
6. Гройсман А.Л. Личность, творчество, регуляция состояний. М.: Магистр, 1998;
7. Деркач А.А. Проблемы смысла жизни // Вопросы психологии. № 1. 1999;
8. Казанский О.А. Игры в самих себя. М., 1995.
9. Козлов Н. Как относиться к себе и людям, или Практическая психология на каждый день. М., 1993.
10. Козлов Н. Лучшие психологические игры и упражнения. Екатеринбург, 1997;
11. Куликов Л. Мозаика радости. СПб., 1997.
12. Панкратов, В.Н. Манипуляции в общении и их нейтрализация. - Изд-во Института Психотерапии, 2000.
13. Пономаренко Л.П., Белоусов Р.В. Психология для старшеклассников. М., 2002.
14. Практическая психология образования / Под ред. И.В. Дубровиной. М., 1997.
15. Прутченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе. М., ЭКСМО-Пресс, 2001.
16. Пиз, А. Язык телодвижений. Как читать мысли окружающих по их жестам - Нижний Новгород: Ай Кью, 1992. 265 с.
17. Столяренко Л.Д. Социальная психология – Ростов н/Д, 2009;
18. Сидоренко, Е.В. Тренинг влияния и противостояния влиянию. — СПб: Речь, 2002. — 256 с.
19. Франкл В. Человек в поисках смысла. - М.: Прогрес, 1990;
20. Фромм Э. Природа благополучия // - Минск: Вида-Н, 1998;
21. Чалдини Р. Психология влияния. - СПб.: Питер, 1999.