

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Гимназия Назрановского района»

Рассмотрено: Рассмотрено на заседании НМС	Проверено: Зам.директора по научно- методической работе	Утверждаю: Директор ГБОУ «Гимназия Назрановского района»
Протокол № 1 от «14» августа 2022 г.	 Бацаева Л.А.	Пр. №  19.08.2020 г. Добриева З.И.



# Рабочая программа элективного курса «Основы психологии» для 10 класса на 2022 – 2023 учебный год.

Количество: 34 часа в год, 1 час в неделю

Разработчик программы: педагог-психолог Хаджиева М.Х.

## Пояснительная записка

В настоящее время психология начинает занимать все более заметное место в общей культуре страны. Научная и практическая психология представлены во всех областях общественной жизни: политической, экономической, производственной, социальной, юридической, в области образования, искусств и спорта, сохранения здоровья и обороны страны. Все провозглашаемые в настоящее время нравственные ценности: гуманизм, демократизм, сотрудничество, толерантность, диалогичность, — основаны на психологических законах общения и взаимодействия людей, на психологических особенностях их личности и индивидуальности. Поэтому необходимость психологического образования вытекает непосредственно из потребностей общественной жизни, отвечает интересам, как всего современного общества, так и каждого из его граждан. Изучение психологии может помочь школьнику многое понять как в себе самом, так и в окружающих людях, мире, почувствовать богатство душевной жизни человека. Программа «Основы психологии» представляет собой систему занятий с учащимися 10-го класса, нацелена на развитие социальной компетентности учащихся, воспитание гармонично развитой личности, способной к саморазвитию и самосовершенствованию, эффективному функционированию в обществ. Составлена программа на основе пособия для педагога: Пономаренко Л.П.

Программа элективного курса состоит из пяти логически связанных частей: в 1 части учащиеся познакомятся с психологией как наукой о человеке; во 2 части узнают о закономерностях и приемах развития познавательных процессов (внимании, памяти мышлении, воображении); в 3 части будет представлен материал о психологических особенностях личности (темпераменте, характере); в 4 части будет представлен материал о саморегуляции личности; в 5 части учащиеся познакомятся с основами социальной психологии. Необходимо отметить, что при изучении темы «Психология общения» целесообразно использовать тренинговую форму работы, в последнюю часть курса была включена программа Силиной О. «Я и мир», направленная на развитие навыков конструктивного общения. Место предмета в базисном учебном плане: Элективный курс «Основы психологии» рассчитан на 1 час в неделю, 34 часов в год.

**Целью** курса является: формирование гуманистического мировоззрения и психологической культуры учащихся.

**Задачами** курса являются:

- Познакомить учащихся с основами психологии;
- Приблизить к пониманию феномена человека, уникальности его внутреннего мира;
- Способствовать раскрытию и развитию индивидуальных способностей учащихся, овладению навыками самоанализа и обучению приемам саморегуляции;
- Способствовать пониманию чувств и мотивов поведения других людей;
- Развивать психологическую готовность молодого человека к полноценному и позитивному взаимодействию с миром природы, миром людей, миром культуры, с собственным внутренним миром.

Используемые формы и методы работы:

- беседа;
- рассказ;
- ролевые и деловые игры;
- групповая дискуссия;
- элементы сказко-, драма-, арт- и гештальтерапии;
- психодиагностика.

**Прогнозируемые результаты:**

В соответствии с ожидаемым уровнем образованности учащихся и строится определенная логическая последовательность освоения предмета, даются определенные знания в области общей психологии. По итогам прохождения программы необходимо получить следующий уровень развития учащихся: общекультурная компетентность - уровень психологической образованности, достаточный для самообразования в области психологии, ориентации в ее понятийном пространстве, определение своих позиций, умения принимать правильные решения в любой сложной жизненной ситуации. Методологическая компетентность - предполагает овладение методами исследовательской деятельности, формирование знаний о концепциях, определяющих современное развитие общей психологии, знакомство с теоретическими работами ведущих психологов прошлого и современности. Дети в ходе изучения данного курса должны иметь представление об основных проблемах социальной психологии, о наиболее важных достижениях в области общей психологии, философии, иметь определенную позицию и свою точку зрения по изучаемым вопросам, приобретенные знания и умения должны способствовать более успешной социализации выпускников школы.

**Структура программы:**

- I. Психология как наука о человеке
- II. Познавательные процессы, способности.
- III. Психология личности.
- IV. Саморегуляция.
- V. Психология общения.

**Календарно-тематический план**

№	Тема занятия	Количество часов
1	Понятие «психология». Предмет психологии, ее задачи и методы	1
2	История развития психологии.	1

3	Отрасли психологии.	1
4	Внимание. Виды познавательных процессов. Определение внимания. Виды внимания.	1
5	Память. Определение памяти, основные процессы и продуктивность памяти. Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации.	1
6	Мышление. Что такое мышление. Виды мышления. Мыслительные операции.	1
7	Воображение. Виды и функции воображения.	1
8-9	Способности. Интеллект. Понятие «способности». Измерение способностей. Понятие «Интеллект». Коэффициент интеллекта.	1
10	Творческие способности. Креативность. Понятие «креативность». Параметры креативности. Взаимосвязь между креативностью и интеллектом.	1
11	Мозг и психика. Межполушарная асимметрия мозга. Функции правого и левого полушария. Доминирование полушарий.	1
12	Индивид. Личность. Индивидуальность. Структура личности.	1
13	Психоаналитическая теория личности. З. Фрейд.	1
14	Индивидуальная теория личности. А. Адлер.	1
15	Бихевиоризм.	1
16	Гуманистическая теория личности. А. Маслоу.	1
17-18	Темперамент. Понятие «темперамент». Темперамент и свойства нервной системы. Типы темперамента.	1
19-20	Характер. Понятие «характер». Условия формирования характера. Акцентуации характера.	1
21	Самосознание. "Я - концепция". Структура и функции самосознания. Понятие «Яконцепции».	1
22	Самоотношение. Значение самоуважения, чувства собственного достоинства для жизнедеятельности человека.	1
23	Эмоции и чувства. Определения «эмоция» и «чувство». Формы переживания чувств. Виды эмоций.	1
24	Любовь. Экология любви. Любовь в жизни человека.	1
25	Разные стороны чувства любви. Модели любви. Характер отношений.	1
26	Дружба. Феномен дружбы.	1
27	Стресс. Определение «стресса» и «дистресса». Фазы развития стресса.	1
28	Саморегуляция. Как справиться со стрессом. Виды методов саморегуляции	1
29	Профилактика аддиктивного поведения. Понятие «аддиктивное поведение». Стадии формирования аддиктивного поведения.	1
30	Позитивное мышление. Определение «позитивное мышление». Приемы развития навыков позитивного мышления.	1
31	Общение. Структура и средства общения.	1

32	Невербальные средства общения. Речевые средства общения. Роль невербальных средств в передаче информации. Мимика. Интонация.	1
33	Стили общения. Виды общения. Этикет	1
34	Барьеры в общении. Приемы расположения к себе	1

### Требования к уровню подготовки обучающихся

По окончании курса учащиеся должны знать:

1. Что изучает психология;
2. Познавательные процессы (внимание, память, мышление, воображение);
3. Эмоционально-волевою сферу (эмоции, чувства, воля);
4. Важнейшие психологические характеристики личности (темперамент, характер). По окончании курса учащиеся должны уметь:
5. Подбирать методики для самодиагностики и изучения познавательных процессов, эмоционально-волевой сферы, психологических характеристик личности (темперамент, характер);
6. Проводить диагностику и самодиагностику познавательных процессов, эмоционально-волевой сферы, психологических характеристик личности (темперамент, характер);
7. Владеть некоторыми приемами саморегуляции, навыками преодоления негативных эмоциональных состояний.

Учащиеся должны владеть сущностью новых понятий:

- психология;
- психика;
- познавательные процессы (внимание, память, мышление, воображение);
- эмоционально-волевая сфера (эмоции, чувства, воля);
- личность;
- темперамент;
- характер,
- общение

### Формы оценки результатов:

проводится в форме тестирования, анкетирования, диагностики, реферата, творческого проекта. Периодический контроль поможет установить степень усвоения материала по каждой теме программы курса