

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Республики Дагестан

Управление образования МО «Хасавюртовский район»

МКОУ «Муцалаульская СОШ №1 им. А.Я. Абдуллаева»



А.А. Бондарь

2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

элективного курса «Психология»

для обучающихся 11 класса

Срок реализации

(2024 – 2025 гг.)

Составитель:
Социальный педагог
Эстемирова С.В.

с. Муцалаул – 2024 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа элективного курса «Психология» разработана в соответствии с ФГОС ООО (приказ Минобрнауки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897); с учетом Примерной основной образовательной программы основного общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15).

Программа предназначена для обучающихся 10-го класса, с целью развития у старшеклассников навыков эффективного общения; формирование умений адекватного и равноправного взаимодействия, способности к предотвращению и разрешению межличностных конфликтов с окружающими людьми.

Актуальность программы

Старший школьный возраст (10-11 классы) – это тот уникальный сензитивный период, в который наиболее эффективно происходит обучение основным поведенческим стратегиям, приводящим впоследствии к успешной самореализации, наиболее полному раскрытию интеллектуального и творческого потенциала личности.

Данный элективный курс рассматривает вопросы, относящиеся к самопознанию, самосовершенствованию. Учащиеся получают возможность обучиться широкому ряду личностных и социальных навыков и приложению этих навыков к конкретным ситуациям. Изучая методики и стратегии, учащиеся смогут применить эти умения в жизни. Темы, рассматриваемые в рамках данного курса, сочетаются таким образом, что полученные учащимися теоретические знания дополняются элементами психологического тренинга, ролевыми играми, анализом ситуаций, получением обратной связи.

1. Планируемые результаты освоения программы элективного курса «Психология» к концу 10 класса

В результате реализации программы, обучающиеся должны уметь:

- конструктивно строить свои взаимоотношения с окружающими;
- быть уверенным в себе, в своих способностях;
- отстаивать свои позиции конструктивными способами;
- рефлексировать свои поступки и поведение;
- владеть приемами саморегуляции;
- четко ставить цель и представлять возможные шаги по ее реализации.

2. Содержание программы элективного курса «Психология»)

10 класс (34ч., 1 ч. в неделю)

Раздел 1. Введение. (9 часов)

Знакомство. Введение в мир психологии. Мы такие разные, но у нас много общего... Мое личностное пространство. Понятие психологическая дистанция. Понятие психологическая совместимость. Мой круг общения, уровни общения. Мои социальные роли. Личностные качества в социальных ролях. Творческая работа «Рисунок, надпись на моей футболке».

Раздел 2. «Что мешает эффективному общению?» (7 часов)

Барьеры в общении. Виды барьеров. Психологические барьеры. Виды психологических барьеров. Позиции и стили общения. Понятие о конфликте. Причины конфликтов. Стадии развития конфликта. Способы и стратегии разрешения конфликтов. Этика поведения в конфликте. Препятствия. Пути их преодоления.

Раздел 3. «Мои личностные ресурсы» (6 часов)

Понятие «личность» в психологии. Уверенность в себе. Потребности личности. Пирамида Маслоу. Тренинговое занятие «Познай себя». Управление собственным поведением, эмоциями, желаниями. Стресс. Пути борьбы со стрессом.

Раздел 4. «Коммуникация» (4 часа)

Виды коммуникаций. Барьеры в коммуникации. Вербальная и невербальная коммуникация. Активное слушание. Правило ведения беседы. Коммуникативная игра «Пойми меня».

Раздел 5. «Психология влияния» (7 часов)

Характеристика влияния. Орудия влияния. Манипуляция. Масса. Толпа. Публика. Убеждение, внушение, психическое заражение. Механизмы защиты от влияния. Тренинговое занятие «Я хозяин своей жизни»

Раздел 6. Заключительное занятие (1 час)

Тренинг «Я – успешный человек»

3. Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов
Раздел 1. Введение (9 часов)		
1.	Знакомство. Введение в мир психологии.	1 час
2.	Мы такие разные, но у нас много общего...	1 час
3.	Мое личностное пространство.	1 час
4.	Понятие психологическая дистанция.	1 час
5.	Понятие психологическая совместимость.	1 час
6.	Мой круг общения, уровни общения.	1 час
7.	Мои социальные роли.	1 час
8.	Личностные качества в социальных ролях.	1 час
9.	Творческая работа «Рисунок, надпись на моей футболке».	1 час
Раздел 2. «Что мешает эффективному общению?» (7 часов)		
1.	Барьеры в общении. Виды барьеров.	1 час
2.	Психологические барьеры. Виды психологических барьеров.	1 час
3.	Позиции и стили общения.	1 час
4.	Понятие о конфликте. Причины конфликтов.	1 час
5.	Стадии развития конфликта. Этика поведения в конфликте.	1 час
6.	Способы и стратегии разрешения конфликтов.	1 час
7.	Препятствия. Пути их преодоления.	1 час
Раздел 3. «Мои личностные ресурсы» (6 часов)		
1.	Понятие «личность» в психологии.	1 час
2.	Потребности личности. Пирамида Маслоу.	1 час
3.	Уверенность в себе.	1 час
4.	Тренинговое занятие «Познай себя».	1 час

5.	Управление собственным поведением, эмоциями, желаниями.	1 час
6.	Стресс. Пути борьбы со стрессом.	1 час
Раздел 4. «Коммуникация» (4 часа)		
1.	Виды коммуникаций. Барьеры в коммуникации.	1 час
2.	Вербальная и невербальная коммуникация.	1 час
3.	Активное слушание. Правило ведения беседы.	1 час
4.	Коммуникативная игра «Пойми меня».	1 час
Раздел 5. «Психология влияния» (7 часов)		
1.	Характеристика влияния.	1 час
2.	Орудия влияния.	1 час
3.	Манипуляция.	1 час
4.	Масса. Толпа. Публика.	1 час
5.	Убеждение, внушение, психическое заражение.	1 час
6.	Механизмы защиты от влияния.	1 час
7.	Тренинговое занятие «Я хозяин своей жизни»	1 час
Раздел 6. Заключительное занятие (1 час)		
1.	Тренинг «Я – успешный человек»	1 час
ИТОГО		34 часа

4. Календарно – тематическое планирование

№ урока	Тема урока	Количество часов	Дата	
			план	факт
1.	Тема «Знакомство. Введение в мир психологии»	1 час	01.10	01.10
2.	Тема «Мы такие разные, но у нас много общего...»	1 час	08.10	08.10
3.	Тема «Мое личностное пространство»	1 час		
4.	Тема «Понятие психологическая дистанция»	1 час		

5.	Тема «Понятие психологическая совместимость»	1 час		
6.	Тема «Мой круг общения, уровни общения»	1 час		
7.	Тема «Мои социальные роли»	1 час		
8.	Тема «Личностные качества в социальных ролях»	1 час		
9.	Творческая работа «Рисунок, надпись на моей футболке»	1 час		
10.	Тема «Барьеры в общении. Виды барьеров»	1 час		
11.	Тема «Психологические барьеры. Виды психологических барьеров»	1 час		
12.	Тема «Позиции и стили общения»	1 час		
13.	Тема «Понятие о конфликте. Причины конфликтов»	1 час		
14.	Тема «Стадии развития конфликта. Этика поведения в конфликте»	1 час		
15.	Тема «Способы и стратегии разрешения конфликтов»	1 час		
16.	Тема «Препятствия. Пути их преодоления»	1 час		
17.	Тема «Понятие «личность» в психологии»	1 час		
18.	Тема «Потребности личности. Пирамида Маслоу»	1 час		
19.	Тема «Уверенность в себе»	1 час		
20.	Тренинговое занятие «Познай себя».	1 час		
21.	Тема «Управление собственным поведением, эмоциями, желаниями»	1 час		
22.	Тема «Стресс. Пути борьбы со стрессом»	1 час		
23.	Тема «Виды коммуникаций. Барьеры в коммуникации»	1 час		
24.	Тема «Вербальная и невербальная коммуникация»	1 час		
25.	Тема «Активное слушание. Правило ведения беседы»	1 час		
26.	Коммуникативная игра «Пойми меня».	1 час		
27.	Тема «Характеристика влияния»	1 час		

28.	Тема «Орудия влияния»	1 час		
29.	Тема «Манипуляция»	1 час		
30.	Тема «Масса. Толпа. Публика»	1 час		
31.	Тема «Убеждение, внушение, психическое заражение»	1 час		
32.	Тема «Механизмы защиты от влияния»	1 час		
33.	Тренинговое занятие «Я хозяин своей жизни»	1 час		
34.	Тренинг «Я – успешный человек»	1 час		

5. Учебно – методическое и материально – техническое обеспечение

Материально-техническое обеспечение программы:

- Мультимедийная техника (компьютер, проектор, экран);
- Аудиозаписи (музыкальные произведения, звуки природы и др.);
- Видеозаписи (классическая детская литературы, живая природа, социальные явления и др.)
- Наглядные материалы (картины, репродукции, фото, таблицы и др.);
- Мячи, ленты и т.д.

Методические пособия для педагога:

- Аудио-, видеозаписи.
- Методики изучения различных видов памяти, внимания, мышления.
- Психологические тесты.

Литература для педагога:

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.

Литература, рекомендованная для учащихся

1. Бьюзен Т. Максимально используйте свой разум / Т.Бьюзен. — Минск, 2004.
2. Гамезо М.В. Атлас по психологии: Информационно-методическое пособие по курсу «Психология человека» / М.В. Гамезо, И.А. Домашенко — М.: Педагогическое общество России, 2001.

3. Жариков Е.С. Для тебя и о тебе / Е.С. Жариков, Е.Л. Крушельницкий — М.: Просвещение, 1991.
4. Тертель А.Л. Психология в вопросах и ответах: Учебное пособие / А.Л.Тертель— М.: Проспект, 2005.
5. Бабушкина Т. Что хранится в карманах детства. Уроки фантазии. / Т.Бабушкина— М.: Издательство «Атлант»,2004.

Интернет-ресурсы

1. <http://pedsovet.org/> - Всероссийский интернет-педсовет;
2. <http://it-n.ru/> - сеть творческих учителей;
3. <http://viki.rdf.ru/> - детские электронные презентации и клипы;
4. <http://festival.1september.ru/> - Фестиваль педагогических идей "Открытый урок";
5. www.alleng.ru – сайт информационных ресурсов;
6. <http://www.ug.ru> - сайт «Учительской газеты»;
7. <http://www.kinder.ru/default.htm> - Интернет для детей;
8. <http://www.km.ru> – портал компании «Кирилл и Мефодий».
9. <http://catalog.iot.ru> – каталог интернет – ресурсов по образованию;
10. <http://nsportal.ru/> - социальная сеть работников образования

6. Формы оценки результатов внеурочной деятельности

На начальном этапе обучения закладывается интерес к психологическим знаниям, достижения учащихся очень подвижны и индивидуальны.

Контроль на данном этапе проводится в игровой форме (конкурсы, игры, тренинги), посредством выполнения творческих заданий, их презентации и последующей рефлексии.

Способами определения результативности программы являются: диагностика, проводимая в конце каждого раздела в виде естественно-педагогического наблюдения, творческих заданий.

Форма подведения итогов:

Итоговой работой по завершению каждого раздела является психологическая игра.