

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского  
края

Муниципальное общеобразовательное учреждение муниципального  
образования город Краснодар гимназия №87  
имени Героя Советского Союза Емельяна Герасименко  
МОУ гимназия № 87

РАССМОТРЕНО  
методическим объединением  
классных руководителей  
10-х классов  
Руководитель МО  
И. В. Комарова И. В.  
Протокол №1 от «29» 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО  
заместитель директора по  
УВР Н. В. Пасько Н. В.  
от «29» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
решением педагогического  
совета председатель педсовета  
Директор МОУ гимназии №87  
Е. Ю. Подварко Е.Ю.  
Протокол №1 от «30» 08  
2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ЭЛЕКТИВНОГО КУРСА «ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ»  
(для 10 классов образовательных организаций)**

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа элективного курса «Основы психологии» составлена на основе:

- Примерной основной образовательной программы среднего общего образования (ободренной ФУМО от 28.06.2016 г. №2/16),
- Основной образовательной программы СОО МОУ гимназия №87 имени Героя Советского Союза Емельяна Герасименко
- В соответствии с ФГОС среднего общего образования

В соответствии с учебным планом МОУ гимназия №87 имени Героя Советского Союза Емельяна Герасименко на изучение элективного курса «Основы психологии» в 10 классе отводится 34 часа (в неделю – 1 час). Данный элективный курс предусмотрен для классов гуманитарного профиля психолого-педагогической направленности.

Обучение в профильной старшей школе предполагает не только обучение школьников общеобразовательным предметам на углубленном уровне, а в большей мере предназначено для создания возможности профессиональных проб и осознанного выбора образовательного маршрута в будущем.

Актуальность данного курса определяется тем, что изучение основ психологии позволит школьникам ближе познакомиться с основами профессий психолого-педагогической направленности, а также предоставит возможность в процессе осуществления практических работ изучить собственные возможности.

Цель элективного курса: углубление, расширение и систематизация знаний в области психологии, как условие успешного профессионального самоопределения школьников.

### Задачи:

- расширение знания в области психофизиологии и психологии человека;
- формирование у выпускника понимания своей индивидуальности, развитие эмоционального интеллекта;
- развитие навыков самопознания и самоанализа;
- формирование позитивного имиджа профессий психолого-педагогической направленности, профессиональное самоопределение.

В процессе изучения элективного курса происходит чередование теоретического материала и практических работ, необходимых для отработки навыков самоанализа, анализа и наблюдения.

Содержание программы включает в себя три раздела. Первый раздел «Общая характеристика психологии как науки» поможет школьникам оценить практическое значение и осознать стоящие перед наукой психологии предметные задачи. В данном разделе предусмотрено знакомство с основными методами психологии и практическое апробирование применения

объективных и описательных методов для самоанализа и изучения социальной группы классного коллектива.

Второй раздел программы «Психические процессы» позволяет познакомить школьников с основными познавательными процессами на основе знаний о высшей нервной деятельности. В процессе изучения данного раздела происходит не только изучение основных характеристик высших психических функций (ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение), но и предоставляется возможность ученику осуществить практические работы, направленные на оценку собственных психических процессов. Таким образом, подростки учатся находить собственные сильные стороны, оценивать психологические явления с точки зрения современной психофизиологии, рационально строить свой режим труда и отдыха, находить возможности личностного роста и саморазвития.

Раздел «Психические свойства личности» предназначен для логичного завершения изучения курса «Основы психологии». Основываясь на знаниях, полученных на уроках биологии и обществознания, учащиеся переносят такие понятия как «личность», «мотивация», «способности», «темперамент», «характер» из сферы условно теоретических знаний в практическую действительность. Представленные в данном разделе практические работы помогут старшеклассникам оценить перспективы собственного развития и самореализации в различных сферах жизни, будут способствовать осознанному выбору профессиональной и образовательной траектории.

## **1. Планируемые результаты** **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 обучающихся к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества, потребность в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
  - 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.

- в сфере отношений обучающихся к России как к Родине (Отечеству):
  - уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение к государственным символам (герб, флаг, гимн);
- в сфере отношений обучающихся к закону, государству и к гражданскому обществу:
  - мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики, основанное на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
  - готовность обучающихся противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии; коррупции; дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям.
- в сфере отношений обучающихся с окружающими людьми:
  - 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;
- в сфере отношений обучающихся к окружающему миру, живой природе, художественной культуре:
  - мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки, значимости науки, готовность к научно-техническому творчеству, владение достоверной информацией о передовых достижениях и открытиях мировой и отечественной науки, заинтересованность в научных знаниях об устройстве мира и общества;
  - готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- в сфере отношений обучающихся к семье и родителям, в том числе подготовка к семейной жизни:
  - ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни;
- в сфере отношения обучающихся к труду, в сфере социально-экономических отношений:
  - осознанный выбор будущей профессии как путь и способ реализации собственных жизненных планов;

- готовность обучающихся к трудовой профессиональной деятельности как к возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- в сфере физического, психологического, социального и академического благополучия обучающихся:
- физическое, эмоционально-психологическое, социальное благополучие обучающихся в жизни образовательной организации, ощущение детьми безопасности и психологического комфорта, информационной безопасности.

### **Планируемые метапредметные результаты**

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы представлены тремя группами универсальных учебных действий (УУД).

#### **1. Регулятивные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- 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;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;
- выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;
- организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;
- сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

#### **2. Познавательные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;
- 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 также 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;

- выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;
- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;
- менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

### 3. Коммуникативные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми, подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не 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:

- освоенные обучающимися в ходе изучения элективного курса «Основы психологии» знаний и умений, специфических для данной предметной области и связанных с пониманием особенностей человеческой психики и социального поведения;
- сформированность представлений о современной психологической науке и ее методах познания, а также о системе отраслей психологии и основных вопросах и проблемах, рассматриваемых в каждой из них;
- сформированность умений применять психологические знания в познавательной, регулятивной и коммуникативной деятельности;
- владение навыками самоанализа и самооценки на основе наблюдений засобственным поведением и межличностными взаимодействиями;
- умение сформулировать и аргументировать собственную точку зрения по тем или иным психологическим проблемам, различным аспектам социального поведения людей и их социально-психологического взаимодействия.

## **2. Содержание программы**

### **Раздел 1. Общая характеристика психологии как науки (4 часа)**

Предмет изучения психологии, ее задачи. Отрасли психологии. Методологические основы психологии. Основные методы психологических исследований. Объективные методы. Описательные методы.

#### *Практическая работа*

##### **1. Методы психологии**

### **Раздел 2. Психические процессы (18 часов)**

#### **2.1 Высшая нервная деятельность (2 часа)**

Высшая нервная деятельность. Особенности высшей нервной деятельности человека.

#### **2.2 Познавательные процессы (12 часов)**

Ощущение. Общие понятия об ощущении. Виды и свойства ощущений. Сенсорная адаптация и взаимодействие ощущений.

Восприятие. Общее понятие о восприятии. Основные характеристики восприятия.

Внимание. Понятие внимания. Свойства внимания. Виды и функции внимания.

Память. Общая характеристика памяти. Свойства и виды памяти. Процессы памяти. Приемы рационального заучивания.

Мышление и речь. Мышление и его формирование. Типология мышления. Способы активизации мышления.

Воображение. Сущность воображения. Виды воображения. Воображение и творчество.

#### *Практические работы:*

##### **2.Ощущение. Восприятие. Иллюзии восприятия.**

##### **3. Внимание. Устойчивость внимания.**

##### **4.Память. Индивидуальные особенности памяти.**

##### **5.Способности. Творческий потенциал.**

#### **2.3 Эмоционально-волевые процессы (4 часа)**

Общее представление о воле. Развитие и восприятие воли. Воля и принятие решений в неопределенной ситуации.

Эмоции и чувства. Функции эмоций. Чувство любви – основа брака и семьи.

#### *Практическая работа*

##### **6.Проективные методики при оценки эмоциональных состояний**

### **Раздел 3. Психические свойства личности (12 часов)**

Личность. Общее понятие о личности. Понятие «Я-образ» и проблема формирования самооценки.

Мотивация. Понятия мотивации, потребности, мотива. Функции, характеристики и виды мотивов. Мотивация и личность.

Способности. Понятие способностей. Общие и специальные способности. Уровни развития способностей: одаренность, талант, гениальность

Темперамент. Понятие темперамента. Характеристика типов темперамента. Проявление темперамента в деятельности.

Характер. Понятие характера. Типология характеров. Черты характера и отношения личности. Формирование характера.

*Практические работы:*

7. Самооценка.

8. Диагностика мотиваций

9. Темперамент. Изучение своего типа темперамента.

### 3. Тематическое планирование

Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся на уровне универсальных учебных действий
1. Общая характеристика психологии как науки	4	Предмет изучения психологии, ее задачи. Отрасли психологии. Методологические основы психологии. Основные методы психологических исследований.	1 1	Определять предмет и методы психологии, как науки. Оценивать вклад отечественных ученых в развитие психологии, как науки Уметь применять в практической деятельности основные методы психологии.
		Объективные методы. Описательные методы.	1	
		П.р.№1 «Методы психологии»	1	Применять полученные знания в ходе выполнения практической работы
2. Психические процессы	18			
2.1 Высшая нервная деятельность	2	Высшая нервная деятельность. Особенности высшей нервной деятельности человека.	1 1	Обосновывать вклад отечественных учёных в области изучения высшей нервной деятельности. Описывать положения рефлекторной теории, явления взаимной индукции, доминанты. Выявлять особенности высшей нервной деятельности человека
2.2 Познавательные процессы	12	Ощущение. Общие понятия об ощущении. Виды и свойства ощущений. Сенсорная адаптация и взаимодействие	1 1	Описывать и сравнивать первую и вторую сигнальные системы, подсознательные и бессознательные процессы, сознательную

	ощущений.		
	Восприятие. Общее понятие о восприятии.	1	деятельность человека с рассудочной деятельностью животных. Знать и уметь устанавливать закономерности восприятия, устойчивости внимания, выработки навыков
	Основные характеристики восприятия. П.р.№2 «Ощущение. Восприятие. Иллюзии восприятия.»	1	Описывать виды мышления, стадии творческого мышления, процесс воображения.
	Внимание. Понятие внимания. Свойства внимания.	1	Объяснять особенности функциональной асимметрии головного мозга.
	Виды и функции внимания. П.р.№3 «Внимание. Устойчивость внимания.»	1	Выявлять особенности мышления у человека и высших животных.
	Память. Общая характеристика памяти. Свойства и виды памяти.	1	Называть виды речи, определять её сущность, связь речи и языка как знаковой системы.
	Процессы памяти. Приемы рационального заучивания. П.р.№ 4 «Память. Индивидуальные особенности памяти.»	1	Описывать особенности развития у детей внешней и внутренней речи. Обосновывать врождённую способность человека к освоению речи
	Мышление и речь. Мышление и его формирование.	1	Называть виды памяти, определять её сущность.
	Типология мышления. Способы активизации мышления.	1	Описывать особенности и значение разных видов памяти.
	Воображение. Сущность воображения. Виды воображения.	1	Обосновывать необходимость развития всех видов памяти
	Воображение и творчество. П.р.№ 5 «Способности. Творческий потенциал.»	1	Применять знания в ходе выполнения практических работ.

2.3 Эмоционально-волевые процессы	4	Общее представление о воле. Развитие и восприятие воли.	1	Определять понятие воли и значение волевой регуляции в жизни человека. Называть и описывать виды эмоций, типы эмоциональных состояний человека. Обосновывать значение положительных эмоций для здоровья человека. Выявлять характерные особенности разных типов эмоционального состояния. Объяснять важность умения управлять собственным эмоциональным состоянием. Применять знания в ходе выполнения практических работ.
		Воля и принятие решений в неопределенной ситуации.	1	
		Эмоции и чувства. Функции эмоций. Чувство любви – основа брака и семьи.	1	
		П.р.№ 6 «Проективные методики при оценки эмоциональных состояний»	1	
3. Психические свойства личности	12	Личность. Общее понятие о личности.	1	Объяснять сущность и значение сознательной деятельности. Определять сознание как высший уровень развития психики. Уметь выделять уровни мотивации, значение мотивации в жизни человека Сравнивать характерные особенности поведения людей с разными типами темперамента. Называть и описывать типы ВНД по Павлову. Определять типы темперамента и ВНД в процессе наблюдений за сверстниками. Применять знания в процессе выполнения практических работ.
		Понятие «Я-образ» и проблема формирования самооценки. П.р. № 7 «Самооценка»	1	
		Мотивация. Понятия мотивации, потребности, мотива	1	
		Функции, характеристики и виды мотивов. Мотивация и личность. П.р. № 8 «Диагностика мотиваций»	1	
		Способности. Понятие способностей. Общие и специальные способности.	1	
		Уровни развития способностей: одаренность, талант, гениальность	1	
		Темперамент. Понятие темперамента. Характеристика типов темперамента.	1	

		П.р.№ 9 «Темперамент. Изучение своего типа темперамента.»	1	
		Проявление темперамента в деятельности.	1	
		Характер. Понятие характера. Типология характеров.	1	
		Черты характера и отношения личности. Формирование характера.	1	
		Обобщение по курсу «Основы психологии»	1	Умения структурировать знания, осознанно и произвольно строить речевое высказывание в письменной форме. Осознание учащимися качества и уровня усвоения знаний, прогнозирования результатов контроля.
ИТОГО: Практических работ:	34 9		34	

## **Список рекомендуемой литературы**

1. Методическое пособие «Основы общей психологии», Н.С.Ефимова. – М.:ИД «ФОРУМ»: ИНФРА-М, 2013, предназначенного для студентов психолого-педагогических специальностей средних специальных учебных заведений, а также для всех интересующихся психологией
2. Методическое пособие УМК «Сфера». Биология. Живые системы и экосистемы. Л.Н.Сухорукова, В.С.Кучменко. – М.: Просвещение, 2017, а также электронной формой учебника.
3. Методическое пособие «Основы психологии. Практикум»/ под ред.Л.Д.Столяренко. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2006.