

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Успенская средняя общеобразовательная школа»  
Касторенского района Курской области

РАССМОТРЕНО на заседании МО гуманитарного цикла Протокол № <u>1</u> от <u>30 августа</u> 2022 г. <u>Пар</u> — Е.Н. Пармонова	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР <u>Пар</u> — Е.Н. Пармонова	УТВЕРЖДАЮ Директор школы <u>20</u> А. Н. Черных Приказ № <u>2-п</u> от <u>30 августа</u> 2022г.
---	--	---



Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности

«Психология»

10 класс

Рабочую программу составила  
Учитель технологии  
Е.А. Беличева

Успенка, 2022 г.

## **Пояснительная записка**

Современная социокультурная ситуация и кризисные явления в системе образования свидетельствуют о необходимости коренной перестройки качества образования.

*Актуальность изучения программы курса внеурочной деятельности «Психология»* возрастает в связи со смещением акцента в обучении с передачи знаний на создание психолого-педагогических условий для развития каждого ребенка.

*В настоящее время к числу наиболее актуальных вопросов образования относятся* ориентация образовательного процесса на самоценность и творческий потенциал личности ученика, его индивидуальные возможности, способности, интересы.

*В связи с этим большое значение приобрела проблема развития* внутренних ресурсов к самообразованию и саморазвитию каждого ребенка.

*Огромную важность в непрерывном образовании личности приобретают вопросы* подготовки подрастающего поколения к жизни в правовом демократическом государстве. Именно личностные, психологические факторы выступают на первый план в работе над этой задачей. Психолог как учитель вносит реальный вклад в содержание школьного образования, поскольку уроки психологии включены в учебную концепцию школы. Психологическая культура, толерантность, позитивное отношение к себе и другим, способность к рефлексии и саморазвитию, умение строить свои отношения с людьми, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом - все это относится к необходимым компонентам личности

Рабочая программа по технологии, составлена на основе документов:

Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (далее – ФГОС основного общего образования);

Федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 28.12.2018 №345;

Основной образовательной программы основного общего образования школы и гражданина демократического общества.

*Программа курса «Психология» ориентирована на обучающихся 10 класса.*

*Занятия проводятся 1 раз в неделю (34 часа в учебный год).*

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

Курс внеурочной деятельности «Психология» ориентирован на достижение *личностных, предметных и метапредметных результатов* основного общего образования. Повышение уровня коммуникативных способностей и социально-психологической компетентности обучающихся в основах конструктивного общения – основная цель программы курса «Секреты позитивного общения». Достижение поставленной цели связывается с решением следующих задач, указанных выше.

Рабочая программа составлена с учетом программы воспитания.

### **Личностные результаты** освоения программы отражают:

- развитие самосознания учащихся;
- формирование у них положительного самовосприятия и чувства своей изначальной ценности как индивидуальности, ценности своей жизни и других людей;
- развитие свойств и качеств личности, необходимых для полноценного межличностного взаимодействия;
- формирование уверенности в себе и коммуникативной культуры, навыков разрешения межличностных конфликтов;
- укрепление адаптивности и стрессоустойчивости, оптимизма в отношении к реальности.

### **Предметные результаты** включают коммуникативные показатели:

- обеспечение успешного усвоения знаний, умений и навыков и формирования психологической компетентности;
- формирование представлений подростков о значении и законах конструктивного общения в школе, семье и будущей профессиональной деятельности;
- формирование навыков равноправного общения, культуры эмоциональной экспрессии, предотвращения и разрешения межличностных конфликтов, самовоспитания и саморазвития,
  - формирование активной позиции школьника при решении задач в области социальных и межличностных отношений;
- формирование способности обучающихся к осознанному выбору конструктивных способов реагирования в конфликтных ситуациях;

#### **Метапредметные результаты освоения программы включают:**

- обеспечение возможностей ученика самостоятельно осуществлять такое действие как учение, ставить перед собой учебные цели, искать и использовать необходимые средства и способы их достижения, контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности;
- осознанно выбирать наиболее эффективные способы в межличностном взаимодействии, в решении учебно-познавательных и жизненно-важных задач;
- приобретение практического опыта работы в группе, сотрудничества со сверстниками, позитивных моделей поведения в обществе.

**Оценка достижений** учащихся происходит: во-первых, по итогам групповой рефлексии, во-вторых, по результатам психологического тестирования, в-третьих, по анализу образовательного продукта: творческие проекты по самопознанию и самовоспитанию.

#### **Планируемые результаты изучения курса внеурочной деятельности «Психология» Личностные УУД**

- Рефлексивный анализ положительных личностных качеств, потенциалов, способностей.

#### **Коммуникативные УУД:**

- Умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- Умение согласовывать усилия при достижении общей цели;
- Умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- Умение передавать другим людям информацию с помощью различных средств коммуникации.

#### **Регулятивные УУД**

- Умение ставить цели, планировать и оценивать свои действия;
- Умение проявлять настойчивость и усилие для достижения поставленной цели, для преодоления трудностей.
- формирование **знаний** по основам психологии личности, межличностных взаимоотношений, конфликтологии и разрешения конфликтов;
- развитие **умения** раскрывать психологические особенности своей личности, рефлексировать, отслеживать свое состояние, анализировать ситуации межличностного взаимодействия, решать проблемы, выбирая и используя различные конструктивные способы их решения;

- совершенствование **навыков** конструктивного общения, принятия решений, использования адекватных стратегий поведения в различных жизненных ситуациях, самоконтроля и рефлексии, самовыражения и самопрезентации достижений.

**Результатом** обучения можно считать формирование у учащихся таких личностных качеств личности как уверенность в своих возможностях, адекватная самооценка, коммуникативная культура, доброжелательность и толерантность, эмоциональная устойчивость и эмпатия, способность ставить задачи самоизменения, готовность прийти на помощь и разрешать конфликты мирным путём.

В результате усвоения материала курса внеурочной деятельности «Психология» обучающиеся получают возможность приблизиться к пониманию уникальности внутреннего мира человека и неразрывной связи с внешним миром, другими людьми и человечеством в целом, смогут научиться моделировать свое будущее, принимать решения, делать выбор и нести за него ответственность.

### **Содержание программы курса внеурочной деятельности**

#### **Введение (1 урок).**

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

#### **Раздел 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.

#### **Раздел 2. Личностное самоопределение (9 уроков).**

Чувства, как отражение личности человека, его индивидуальных особенностей жизненного опыта. Структура и роль чувств, эмоций и эмоциональных состояний. Развитие чувств в онтогенезе. Высшие чувства. Психологическая характеристика чувств.

#### **Раздел 3. Профессиональное самоопределение (4 урока).**

Личностные факторы профессионального самоопределения. Условия успешного профессионального самоопределения. Выбор будущей профессии. Индивидуальный стиль деятельности. Карьера.

#### **Раздел 4. Социальное самоопределение (9 уроков)**

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

#### **Раздел 5. Что может нарушить процесс самоопределения (6 уроков)**

Психологические барьеры. Психологический стресс, его причины, формы и способы преодоления. Психологические зависимости. Способы уверенного отказа.

#### **Заключение (1 урок).**

Обобщение основных аспектов проблемы самоопределения личности.

### **Тематическое планирование.**

№	Название темы	Кол-во часов
1	Введение	1
2	Юность – пора самоопределения	4
3	Личностное самоопределение	9
4	Профессиональное самоопределение	4
5	Социальное самоопределение	9
6	Что может нарушить процесс самоопределения	6
7	Заключение	1
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>

### Календарно-тематическое планирование.

№ п/п	Наименование раздела и тем	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
	<b>Введение ( 1 час)</b>			
1	Введение. Общие понятия о самоопределении	1		
	<b>Раздел 1. Юность - пора самоопределения – 4 ч.</b>			
2	На пороге взрослой жизни. Мировоззрение и самоопределение.	1		
3,4	Жизненные цели и временная перспектива. Время в жизни человека.	2		
5	Свойства временной перспективы. Поколения формируются в юности	1		
	<b>Раздел 2. Личностное самоопределение – 9 ч.</b>			
6	Чувства - важнейшая характеристика личности	1		
7	Эмоциональные состояния и чувства	1		
8	Развитие чувств в онтогенезе	1		
9	Высшие чувства	1		
10	Психологическая характеристика нравственных чувств (смущение и застенчивость)	1		
11	Психологическая характеристика чувства вины, стыда.	1		
12	Психологическая характеристика чувства долга, ответственности, чести и достоинства	1		
13	Психологическая характеристика моральных чувств	1		
14	Психологическая характеристика чувства одиночества	1		
	<b>Раздел 3. Профессиональное самоопределение – 4 ч.</b>			
15	Отношение к труду и самооценка в процессе профессионального самоопределения	1		
16	Способности и склонности	1		
17,18	Выбор будущей профессии	2		
	<b>Раздел 4. Социальное самоопределение – 9 ч</b>			
19	Семья и брак. Функции современной семьи	1		
20	Психологические особенности мужчин и женщин	1		
21	Социальные стереотипы мужественности и женственности	1		
22	Любовь – высшее человеческое чувство	1		
23,24	Многообразие проявлений чувства любви	2		
25	Любовь и семья	1		

26	Семейные отношения	1		
27	Супружеские отношения	1		
<b>Раздел 5. что может нарушить процесс самоопределения – 6 ч</b>				
28	Психологические барьеры самоопределения	1		
29,30	Психологический стресс. Фрустрация	2		
31	Психологические зависимости. Бегство в иллюзии	1		
32	Игровая зависимость. Интернет-зависимость	1		
33	Общие характеристики психологической зависимости	1		
<b>Заключение( 1 час)</b>				
34	Обобщение по теме «Психология личности».	1		