

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области

Управление образования Администрации города

МБОУ СШ № 19 им. И.П. Мятарева

РАССМОТРЕНО

на педагогическом совете
МБОУ СШ №19
им.И.П.Мятарева

Протокол № 10 от
«29» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР


Волкова Е.С.

«31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ СШ 19 им
И.П.Мятарева



Достярева Н.А.

Приказ № 515
от «31» августа 2023 г.

Рабочая программа

учебного предмета «Основы психологии»

для обучающихся 10 классов

Количество часов по учебному плану всего 34 часа в год; в неделю 1 час

Составитель программы: Авдеев Дмитрий Эдуардович

город Димитровград 2023 год

Содержание тем учебного предмета «Основы психологии» в 10 классе

Раздел 1 Введение в психологию

Предмет и задачи психологии. Отрасли и методы психологии. Основные формы проявления психики и их взаимосвязь. Личность как психологическое понятие.

Раздел 2 Познавательные процессы

Ощущение, восприятие и представления. Внимание. Память. Мышление. Воображение и творчество.

Раздел 3 Индивидуально-типологические особенности личности

Темперамент. Характер. Способности. Личность и профессия.

Раздел 4 Эмоционально-волевая сфера личности

Чувства. Воля. Стресс и фрустрация, аффект, агрессивность. Методы изучения чувств.

Планируемые результаты освоения учебного предмета «ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ» в 10 классе

Программа рассчитана на 1 год обучения (10 классы, 34 часа ежегодно).

Курс психологии рассчитан на подростков 15 – 17 лет, соответственно, программа строится с учетом возрастных интересов девушек и юношей. Цели преподавания психологии:

- Развитие готовности ребенка к полноценному взаимодействию с миром природы, миром людей и миром культуры.
- Повышение компетентностей учащихся (личностных, социальных, коммуникативных). Цель реализуется через решение психолого-педагогических задач, обеспечивающих становление личности ребенка:
 - формирование общих представлений учащихся о психологии как науке;
 - оказание им помощи в открытии внутреннего мира человека, пробуждение интереса к другим людям и к самому себе;
 - развитие интеллектуальной сферы (общих и специальных способностей, познавательной направленности и пр.);
 - развитие самосознания (чувства собственного достоинства, адекватной самооценки);
 - раскрытие сущности личностной направленности (потребностей, желаний, целей, смыслов, идеалов, ценностных ориентаций);
 - развитие эмоциональной сферы (чувств, переживаний, настроений и пр.), понимания чувств и переживаний других людей;
 - обнаружение и преодоление негативных проявлений в привычках и манерах поведения учащихся.

Личностные результаты освоения основ психологии:

- 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, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, бережное, ответственное и компетентное отношение к собственному физическому и психологическому здоровью;

Метапредметные результаты освоения основ психологии:

- 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.

Предметные результаты освоения основ психологии:

Выпускник научится:

- применять психологические знания в профессиональной и общественной деятельности, поликультурном общении;
- владеть знаниями о наиболее важных открытиях и достижениях в области психологии;
- создавать условия для развития навыков учебной, проектно-исследовательской, творческой деятельности, мотивации обучающихся к саморазвитию;
- углубление, расширение и систематизация знаний в области психологии;
- применять психологические знания в профессиональной и общественной деятельности, поликультурном общении.

Тематическое планирование по Основам психологии

10 класс 34 часа

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Введение в психологию	3			https://resh.edu.ru/
2	Познавательные процессы	5			https://resh.edu.ru/
3	Индивидуально-психологические	8			https://resh.edu.ru/

	особенности личности				
4	Эмоционально-волевая сфера личности	18		9	https://resh.edu.ru/
	ИТОГО	34		9	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ОСНОВАМ ПСИХОЛОГИИ

10 КЛАСС 34 ЧАСА

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучен ия	Электронные цифровые образователь ные ресурсы
		Все го	Контрольн ые работы	Практичес кие работы		
Введение в психологию						
1	Психология как наука. Предмет и задачи психологии. Роль психологии в современном мире	1	0	0		https://resh.edu.ru/
2	Психика как свойство мозга человека. Основные проявления психики					https://resh.edu.ru/
3	Личность как психологическое понятие.					https://resh.edu.ru/
Познавательные процессы						
4	Ощущение. Виды ощущений. закономерности ощущений					https://resh.edu.ru/
5	Восприятие. Типы восприятия. Свойства восприятия					https://resh.edu.ru/
6	Внимание как					https://resh.edu.ru/

	психический процесс. Виды внимания. Свойства внимания					ru/
7	Память как психический процесс. Процессы памяти. Виды памяти. Личностные проявления памяти					
8	Мышление как психический процесс. Виды мышления. Этапы мыслительной задачи					
Индивидуально-психологические особенности личности						
9	Темперамент. Организм, нервная система и темперамент. Основные свойства темперамента.					https://resh.edu.ru/
10	Психологическая характеристика типов темперамента. Методы психологической диагностики темперамента					https://resh.edu.ru/
11	Характер. Темперамент и характер. Структура характера. Классификация черт характера					https://resh.edu.ru/
12	Условия формирования характера.					https://resh.edu.ru/

	Акцентуации характера. Методы изучения характера					
13	Способности. Понятие о способностях. Виды способностей. Задатки и способности					https://resh.edu.ru/
14	Структура способностей. Условия формирования способностей. Талант и одаренность. Методы изучения способностей					https://resh.edu.ru/
15	Личность и профессия. Психологические основы профессиональной ориентации. Психологическая структура профессиональной деятельности					
16	Профессиональные интересы, склонности и способности. Методы диагностирования профессиональной пригодности					
Эмоционально-волевая сфера личности						
17	Чувства. Понятие об эмоциях и чувствах					https://resh.edu.ru/

18	Виды эмоциональных процессов и состояний					https://resh.edu.ru/
19	Стресс и фрустрация. Аффект и агрессивность					https://resh.edu.ru/
20	Методы изучения чувств человека					https://resh.edu.ru/
21	Практическое занятие «Управление эмоциями». Овладение навыками эмоциональной саморегуляции					https://resh.edu.ru/
22	Воля. Природа и сущность волевой регуляции					https://resh.edu.ru/
23	Волевые свойства личности. Структура волевого действия					https://resh.edu.ru/
24	Практическое занятие «Методы борьбы со стрессом»					https://resh.edu.ru/
25	Практическое занятие с элементами тренинга «Учимся управлять гневом»					https://resh.edu.ru/
26	Практическое занятие с элементами тренинга «Мир эмоций»					https://resh.edu.ru/
27	Практическое занятие «Учимся					https://resh.edu.ru/

	понимать чувства других людей»					
28	Практическое занятие с элементами тренинга «Тренируем целеполагание». Развитие волевых качеств					https://resh.edu.ru/
29	Понятие эмпатии. Роль эмпатии в межличностном общении					https://resh.edu.ru/
30	Эмоциональная поддержка. Основные способы помощи человеку, находящемуся в негативном эмоциональном состоянии					https://resh.edu.ru/
31	Практическое занятие с элементами тренинга «Методы активного слушания собеседника»					https://resh.edu.ru/
32	Практическое занятие «Основные навыки разрешения конфликтов»					https://resh.edu.ru/
33	Основные способы нервно-мышечной релаксации, способы снятия эмоционального напряжения					https://resh.edu.ru/

34	Практическое занятие «Нервно-мышечная релаксация					https://resh.edu.ru/
----	---	--	--	--	--	---

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 г. № 287, зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 05.07.2021 г., рег. номер – 64101),

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012г.№413» (Зарегистрирован 12.09.2022 № 70034)

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 23.11.2022 № 1014"Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования" (Зарегистрирован 22.12.2022 № 71763)

Федеральная рабочая программа воспитания (ПРИКАЗ Минпросвещения об утверждении ФОП НОО от 16 ноября 2022 г. N 992),

ООП СОО МБОУ СШ №19 им.И.П.Мытарева (Приказ МБОУ СШ №19 им.И.П.Мытарева №511 от 31.08.2023г.)

Рабочая программа воспитания МБОУ СШ №19 им.И.П.Мытарева 2021-2025 годы (Приказ МБОУ СШ №19 им.И.П.Мытарева №569 от 31.08.2022)

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ

<https://m.edsoo.ru>

<https://resh.edu.ru/>

Формы учёта программы воспитания в рабочей программе по Основам психологии

Рабочая программа воспитания МБОУ СШ №19 им.И.П.Мытарева реализуется, в том числе и через использование воспитательного потенциала уроков психологии. Эта работа осуществляется в следующих формах:

- Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.
- Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений, событий через:
 - демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности
 - обращение внимания на ярких деятелей спорта, связанных с изучаемыми в данный момент темами, на тот вклад, который они внесли в развитие нашей страны и мира, на достойные подражания примеры их жизни, на мотивы их поступков;
 - использование на уроках информации, затрагивающей важные социальные, нравственные, этические вопросы
- Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей через подбор проблемных ситуаций для обсуждения в классе
- Инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым лицам.
- Включение в урок игровых процедур, которые помогают поддерживать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.
- Применение на уроке интерактивных форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся.
- Применение групповой работы или работы в парах, которые способствуют развитию навыков командной работы и взаимодействию с другими обучающимися.
- Выбор и использование на уроках методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания.
- Инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в форме включения в урок различных исследовательских заданий, что дает возможность обучающимся приобрести навыки самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных гипотез, уважительного отношения к чужим идеям, публичного выступления, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.
- Установление уважительных, доверительных, неформальных отношений между учителем и учениками, создание на уроках эмоционально-комфортной среды.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ

Приложение
к приказу МБОУ СШ №19 им.И.П.Мытарева
от _____
о внесении изменений
в рабочие программы

Наименование учебного предмета « _____ »

Класс _____

Всего количество часов для сокращения _____

Название тем, на которые количество отводимых часов сокращено:

№п/п	Тема	Количество запланированных часов	Количество часов по факту
1			

Всего количество часов для уплотнения _____

Название тем, которые будут уплотнены:

Название тем, которые будут уплотнены:

№п/п	Тема	Количество запланированных часов	Количество часов по факту

--	--	--	--

Рассмотрено на заседании ШМО _____

Протокол № _____ от _____