

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 5»

Принято педагогическим советом,
протокол от 31.08.2018 № 1

Утверждаю:
директор школы
О.В. Корнилова
приказ от 31.08.2018 № 296-ОД



Рабочая программа элективного курса
«Психология»

Учитель:
Зуева Татьяна Станиславовна,
педагог-психолог.

г. Чусовой
2018

Адресат	Программа адресована обучающимся 10 – 11 классов, выбравших в индивидуальном учебном плане элективный курс «Психология».
Соответствие ФГОС	Программа «Психология» учебный курс для X – XI классов» была разработана согласно программе «Психология» учебный курс для III – XI классов» (авторы: А.Д. Андреева, Е.Е. Данилова, И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых), рекомендованной редакционно-издательским советом Российской академии образования к использованию в качестве учебно-методического пособия.
Формы организации процесса	В проведении занятий наряду с традиционными методами (беседой, рассказом, объяснением, лекцией), широко используются психологические игры, тренинги, релаксационные упражнения, а также диагностический и развивающий материал психолога.
Результаты освоения курса	<p>Учащиеся должны иметь представление:</p> <p>о самом себе «Кто Я?», «Какой Я?», о темпераменте и характере, о слабых и сильных чертах характера, о развитии познавательных процессов и морально – волевой сферы;</p> <p>о многообразии мира профессий, о содержании и характере рабочих профессий, о профессии и специальностях;</p> <p>об особенностях темперамента, нервной системы, эмоционально – волевой сферы, их влиянии на профессиональную деятельность;</p> <p>о профессиональных интересах и склонностях, планировании профессионального будущего;</p> <p>видах профессий, труде и заработной плате;</p> <p>одевом общении и этикете, коллективности трудового процесса;</p> <p>о готовности и мотивах вступления в брак, основах семейной жизни;</p> <p>Учащиеся должны уметь:</p> <p>делать выводы об особенностях развития своих познавательных функций и особенностях личности, применять рекомендации по саморазвитию и самовоспитанию;</p> <p>пользоваться приёмами расслабляющей гимнастики, владеть своим настроением;</p> <p>адекватно понимать свои возможности, способности, особенности характера;</p> <p>владеть приёмами снятия агрессивности, неуравновешенности;</p> <p>– анализировать свои сильные и слабые стороны, ставить перед собой вопросы самовоспитания;</p> <p>– соизмерять свои психофизические особенности с требованиями конкретной профессии;</p> <p>– анализировать некоторые рабочие профессии согласно требованиям и условиям труда;</p> <p>– работать сообща, сотрудничать, учитывать интересы других в коллективе;</p> <p>– прогнозировать свой профессиональный и жизненный план, осознавать связь между благополучием человека и его трудом;</p>
Объем и сроки обучения	Курс рассчитан на 2 года обучения – 69 часов: 10 класс – 35 часов, 11 класс – 34 часа.

Учебно методический комплект	– Психология, 10-й класс: Учеб. пособие / Под ред. И. В. Дубровиной. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2008. – 336 с. Психология, 11-й класс: Учеб. пособие / Под ред. И. В. Дубровиной. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2008. – 432 с.
-------------------------------------	--

Содержание курса 10 класс.

Введение (1 час).

1. Познавательные процессы, способности (6 ч.). Внимание. Виды внимания. Рекомендации по развитию внимания. Память. Виды памяти. Рекомендации по развитию памяти. Мышление. Виды мышления. Пути развития и активизации мышления. Измерение интеллекта. Способности. Интеллект. Коэффициент интеллекта. Творческие способности. Креативность. Взаимосвязь между креативностью и интеллектом. Развитие творческих способностей.

2. Личность (13 ч.). Личность. Психологическая теория личности по З. Фрейду. Индивидуальная теория личности по А. Адлеру. Бихевиоризм. Гуманистическая теория личности по А. Маслоу. Темперамент. Характер. Самосознание. «Я-концепция». Самоотношение. Самоуважение. Эмоции и чувства. Любовь. Современная классификация стилей любви. Экология любви. Две модели любви. «Разрушители» любви. Насилие. Дружба.

Заключение (1 час). Психологический практикум в форме обобщающего урока.

11 класс.

Введение (1 час).

1. Юность – пора самоопределения (3 часа). На пороге взрослой жизни. Мироззрение и самоопределение. Жизненные цели и временная перспектива. Время в жизни человека. Свойства временной перспективы. Поколения формируются в юности. Психологический практикум в форме обобщающего урока.

2. Личностное самоопределение (3 часа). Чувства – важнейшая характеристика личности. Эмоциональные состояния и чувства. Развитие чувств в онтогенезе. Преодоление импульсивности чувств и поведение. Возникновение устойчивых чувств. Саморегуляция в выражении чувств. Социализация чувств. Психологическая характеристика некоторых чувств. Смушение и застенчивость. Чувство стыда. Чувство вины. Совесть. Чувство долга и ответственность. Честь и достоинство. Негативные моральные чувства. Чувства привязанности. Чувства одиночества. Социальная функция чувств. Психологический практикум в форме обобщающего урока.

3. Профессиональное самоопределение (3 часа). Профессиональное самоопределение и отношение к труду. Профессиональное самоопределение и самооценка. Способности и склонности. Выбор будущей профессии. «Все работы хороши, выбирай на вкус». Психологический практикум в форме обобщающего урока.

4. Социальное самоопределение (3 часа). Что такое семья. Семья и брак. Функции современной семьи. О мужчинах и женщинах. Психологические особенности мужчин и

женщин. Почему существуют психологические различия между полами. Социальные стереотипы мужественности и женственности. Любовь как основа семьи. Любовь – высшее человеческое чувство. Разновидности человеческой любви. Любовь в семье. Семейные отношения. Семейные роли. Супружеские отношения. Психологический практикум в форме обобщающего урока.

5. Что может нарушить процесс самоопределения (3 часа). Психологические барьеры самоопределения. Психологический стресс и фрустрация. Психологические зависимости – способы бегства от действительности. Бегство и иллюзии – наркомания и алкоголизм. Бегство и виртуальный мир – игровая зависимость. Интернет-зависимость. Бегство в «контакты или уединение», зависимость от другого человека. Психологический практикум в форме обобщающего урока.

6. Психологическая культура как часть общей культуры (3 часа). Что включает в себя понятие «культура». Образование и культура. Психологическая культура. Психологические знания как важный компонент психологической культуры. Что такое «житейская» психология. Научная психология. Взаимодействие житейской и научной психологии. Психологический практикум в форме обобщающего урока.

7. Психологическая культура личности (4 часа). Что человек может знать о себе самом как личности и индивидуальности. Как человек познаёт себя. Индивидуальные различия в познании и самопознании. Самопознание и познание других людей. Психологические знания и самопознание. Проявление психологической культуры личности в общении и отношениях. Умение принимать решения и самостоятельно решать личные проблемы. Поведение в трудных ситуациях. Жизненная стойкость. Психологический практикум в форме обобщающего урока.

8. Психология в повседневной жизни (4 часа). Психология в политической, информационной, экономической, бытовой сферах жизни. Психология пропаганды. Что такое «пиар». Средства массовой информации как инструмент психологического воздействия на людей. Психологическая эффективность воздействия на человека средств массовой информации. Стихийные формы передачи информации. Реклама как способ психологического воздействия. Психологические особенности имиджа. Психология мошенничества. Как избежать обмана. Психологический практикум в форме обобщающего урока.

9. Практическая психология (3 часа). Что такое психологическая помощь и поддержка. Когда у человека возникает потребность в психологической помощи. Современная психологическая помощь при возникновении у человека личных проблем. Психотерапия. Медицинская и психологическая психотерапия. Групповая психотерапия. Тренинги и группы встреч. Психологическое консультирование. Профорентация и профконсультация. Работа психолога в разных сферах общественной жизни. Психологическая помощь в экстремальных ситуациях. Какие ситуации можно назвать экстремальными. Посттравматический стресс: история проблемы. Как проявляется посттравматический стресс. Как помочь людям, пережившим травматические события. Психология террора и терроризма. Этика профессиональной деятельности психолога. Психологический практикум в форме обобщающего урока.

Заключение (2 часа). Психологический практикум в форме обобщающего урока.

№ п/п	Название темы	Количество часов
10-й класс		
	Введение	1
1	Предмет психологии. История развития и отрасли психологии.	2
2	Эволюционное развитие психики	2
3	Мозг и психика	1
4	Ощущение и восприятие	2
5	Память	2
6	Мышление	2
7	Способности	2
8	Творческие способности	2
9	Личность	3
10	Темперамент	2
11	Характер	2
12	Самосознание. «Я-концепция».	2
13	Эмоции и чувства	2
14	Любовь	2
15	Экология любви	2
16	Дружба	2
	Заключение	2
Итого		35 часов
11-й класс		
	Введение	1
1	Юность – пора самоопределения	3
2	Личностное самоопределение	4
3	Профессиональное самоопределение	4
4	Социальное самоопределение	4
5	Что может нарушить процесс самоопределения	4
6	Психология как часть общей культуры	3
7	Психологическая культура личности	3
8	Психология в повседневной жизни	3
9	Практическая психология	4
	Заключение	1
Итого		34 часа