

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа с. Староганькино
муниципального района Похвистневский Самарской области

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
Руководитель МО
_____Иванова Н.Н.
Протокол заседания №1
от 24 августа 2022 г

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
_____Курманаева В.Е.
24 августа 2022 г

УТВЕРЖДЕНО
И.О. директора
_____Иванова Н. Н.
приказ №28/2
от 25 августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Внеурочной деятельности
«Введение в психологию»

Направление курса: общеинтеллектуальное, социально-педагогическое

Программа рассчитана на один год обучения
(для учащихся 11 класса)

Срок реализации программы: 1 год

Составила: Угадлова Е.Н.

2022г, с. Староганькино

Пояснительная записка.

Рабочая программа по курсу «Психология» для 11 класса составлена на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ № 413 от 17 мая 2012 г.; изменения утверждены приказами Министерства образования и науки РФ №1645 от 29.12.2014; №1578 от 31.12.2015, №613 от 29.06.2017.

2. Примерной программы «Психология» А.Д. Андреевой, Е.Е. Даниловой, И.В. Дубровиной, Д.В. Лубовского, А. М. Прихожан, Н.Н. Толстых.

Место предмета

На изучение курса «Психология» в 11 классе отводится 1 час в неделю, итого 34 часа за учебный год.

Планируемые результаты изучения предмета «Психология» в 11 классе

Предметные УУД:

Обучающиеся научатся:

- владеть системой теоретических знаний по основным разделам социальной психологии, психологии общения, психологии эмоций;
 - владеть профессиональным языком предметной области знаний, уметь корректно выражать и аргументировано обосновывать положения предметной области знаний;
 - владеть современными методами поиска, обработки и использования информации, умеет интерпретировать и адаптировать информацию для адресата;
 - научно обосновывать собственную позицию при анализе социально-психологических явлений;
 - в условиях развития науки и имеющейся в социальной практике к пересмотру собственных позиций, выбору новых форм и методов работы;
 - различать психологические и непсихологические тексты, критически работать с литературой;
 - владеть системой знаний о закономерностях общения и способах управления индивидом и группой;
 - владеть умениями педагогического общения;
 - владеть основными способами взаимодействия личности и социума;
 - владеть знаниями об особенностях, факторах и динамики групповых процессов;
 - владеть методами изучения личности в различных социо-культурных средах;
- пользоваться, обрабатывать и анализировать теоретический и эмпирический материал по изучаемой проблеме.

В результате изучения данного курса обучающиеся получают возможность формирования *метапредметных результатов*.

Личностные УУД: в психологии личностные результаты определяются как качественные особенности психики, т.е. психические новообразования. Они определяют сознание школьников, его отношение к окружающей действительности, обеспечивают ценностно-смысловую ориентацию учащихся в социальных ролях и межличностных отношениях, принимать нормы поведения в обществе, правильно оценивать себя и свои поступки, объяснять смысл своих оценок, мотивов, целей, а также самостоятельно определяться в жизненных ценностях и действовать в соответствии с ними.

Коммуникативные УУД: осуществление коммуникативного взаимодействия, учет разных мнений и позиций собеседников; организация сотрудничества; использование большого арсенала коммуникативно-речевых стратегий и тактик устно-речевого общения, передачи информации.

Регулятивные УУД: целеполагание, планирование, прогнозирование, контроль, коррекция, оценка, саморегуляция. Регулятивные УУД обеспечивают возможность управлять своей познавательной и учебной деятельностью, способствуют последовательному переходу к самоуправлению и саморегуляции в учебной деятельности для будущего профессионального образования.

Содержание программы

Социальная психология (5 ч.)

Тема 1 Социальные отношения: конфликт и примирение. Что такое конфликт. Социальные дилеммы. Решение социальных дилемм. Конкуренция. Восприятие несправедливости. Искаженное восприятие. Примирение. Контакт. Сотрудничество. Коммуникация. Умиротворение.

Тема 2. Занятие с элементами тренинга «Конфликтное поведение. Выработка стратегий поведения в конфликтных ситуациях.

Тема 3. Занятие с элементами тренинга «Разрешение конфликтов». Отработка приемов бесконфликтного общения и взаимодействия. Выработка стратегий поведения в конфликтных ситуациях.

Тема 4 – 5. Социальные отношения: стереотипы и предрассудки Что такое предрассудки. Природа и власть предрассудков. Стереотипы – что это? Социальные источники предрассудков. Эмоциональные источники предрассудков. Когнитивные источники предрассудков.

Психология влияния (6 ч.)

Тема 6. Понятие психологического влияния. Что такое психологическое влияние. Что такое манипуляция. Виды потребностей – как источник манипулирования человеком. Психологические и непсихологические средства влияния.

Тема 7. Цели влияния. Три основные цели психологического влияния. Кто на нас влияет. Варварское и цивилизованное влияние. Классификация видов влияния. Психологическое влияние будущего.

Тема 8. Психология управления. Управление – есть влияние? Виды управления. Структура манипуляции. Характеристика управленцев. Методы управления. Понятие «управленческая пятерня».

Тема 9 – 11. Манипуляция: игры, в которые играют все. Блок занятий, посвященный рекламному манипулированию. Знакомство с приемами психологического манипулирования, тренировка навыка распознавания манипуляций. Развитие навыка противостоянию негативного влияния. Развитие критического отношения к рекламе в СМИ.

Психология общения (4 ч.)

Тема 12. Общение как восприятие людьми друг друга. Сложности социальной перцепции. Процесс формирования первого впечатления. Стереотип – помогает или мешает в общении? Как мы понимаем других людей. Как объясняем для себя поведение окружающих.

Тема 13. Методы исследования общения. Отработка полученных теоретических знаний методом выполнения практической работы: определение своего уровня эмпатии, оценка своей социально-коммуникативной компетентности. Выполнение упражнений на развитие навыков общения.

Тема 14. Невербальная коммуникация. Понятие невербальной коммуникации. Мимика лица. Роль взгляда. Влияние черт лица в общении. Жесты. Поза. Звуки и запахи.

Тема 15. Занятие с элементами тренинга «Невербальное общение». Развитие слуховой модальности. Развитие логического мышления, креативности. Развитие внимательности, умение чувствовать другого человека. Развитие наблюдательности. Развитие невербальной креативности.

Основы графологии (4 ч.)

Тема 16. Типология. Основы типологии. История типологии. Типы личности и их характеристика.

Тема 17. Графология. Наш подчерк. Что такое анализ подчерка. Признаки формы. Признаки размера. Признаки положения букв. Угол наклона подчерка. Промежутки между словами, буквами, элементами или напряжением подчерка. Повторяемость выдающихся признаков.

Тема 18. Определение своего психологического типа и акцентуаций характера. Определение акцентуаций характера с помощью методики К. Леонгарда. Знакомство с характеристиками акцентуаций. Построение своего профиля характера и определение доминирующих черт (акцентуаций). Определение своего типа личности (экстраверт – интроверт). Знакомство с их характеристикой.

Тема 19. Определение особенностей личности по подчерку. Изучение характерных особенностей своего подчерка. Определение характера человека по предложенным образцам подчерка.

Память (5 ч.)

Тема 20. Что такое память. Физическое основание памяти. Нейрофизиология и память. Природа человеческой памяти. Виды памяти.

Тема 21. Кратковременная память. Объем цифровой памяти. Группировка в блоки. Кратковременная память: забывание. Свободное припоминание. Акустическое кодирование. Кратковременное хранилище памяти. Уровни переработки.

Тема 22. Рабочая память. Возможности и ограничения. Понятие «фонологическая петля». Слуховые образы. Визуально-пространственная матрица. Образ: зрительный или пространственный. Образы в долговременной памяти.

Тема 23 – 24. Мнемотехника. Изучение основ мнемотехники. Изучения особенностей своей памяти (диагностика). Использование приемов запоминания мнемотехники.

Мышление (3 ч.)

Тема 25. Что такое мышление. Виды мышления. Мыслительные операции, пути развития и активации мышления. Способности, интеллект. Творческие способности, креативность.

Тема 26 – 27. Индивидуальные особенности мышления. Изучение особенностей мышления. Диагностика умственных способностей с помощью теста Б. Г. Ананьева; тесты для исследования способности к нестандартному мышлению. Упражнения для преодоления шаблонности мышления. Применения техник для развития интеллекта.

Психология эмоций (7 ч.)

Тема 28 - 29. Характеристика чувств. Что такое чувства. Особенности чувственной сферы. Нужны ли нам переживания? Внешнее проявление чувств. Внутренние компоненты эмоций. Индивидуальные особенности чувств человека.

Тема 30. Виды чувств. Чувственный тон. Настроение. Эмоции. Аффект. Фрустрация. Страсть. Высшие чувства.

Тема 31. Как справиться с эмоциями. О единстве души и тела. Метод самовнушения. Аутогенная тренировка. Регуляция эмоциональных состояний с помощью химических веществ. Саморегуляция и музыка. Логика разума и эмоциональные состояния. Волевое усилие как основа саморегуляции. Многообразие приемов самовоздействия. Понятие стресса и кризисной ситуации.

Тема 32. Определение эмоционального состояния. Диагностика эмоционального состояния, стрессоустойчивости. Отработка приемов для снятия стресса.

Тема 33. Контрольная работа по программе «Психология».

Тема 34. Занятие с элементами тренинга. Развитие эмпатии. Развитие наблюдательности. Выражаем эмоции, узнаем их, реагируем на них. Способы саморегуляции: аутотренинг, самовнушение, система самоуправления эмоциональными состояниями.

Учебно-тематический план

№	Название темы	Кол-во часов		Практическая часть	
		Авторская программа	Рабочая программа	ПР	КР
		ч.	Ч.		
1	<i>Социальная психология.</i>		5	1	
2	<i>Психология влияния</i>		6	1	
3	<i>Психология общения</i>		4	1	
4	<i>Основы графологии</i>		4	1	
5	<i>Память</i>		5	1	
6	<i>Мышление</i>		3	1	
7	<i>Психология эмоций</i>		7	1	1
	<i>Итого:</i>		34	7	1

Тематическое планирование.

№	Раздел, тема	Кол-во часов
	<i>Социальная психология.</i>	5
1	Социальные отношения: конфликт и примирение	1
2	Конфликтное поведение	1
3	Разрешение конфликтов	1
4-5	Социальные отношения: стереотипы и предрассудки	2
	<i>Психология влияния</i>	6
6	Понятие психологического влияния	1
7	Цели влияния	1
8	Психология управления	1
9-11	Манипуляция: игры, в которые играют все.	3
	<i>Психология общения</i>	4
12	Общение как восприятие людьми друг друга	1
13	Методы исследования общения	1
14	Невербальная коммуникация	1
15	Занятие с элементами тренинга «Невербальное общение»	1
	<i>Основы графологии</i>	4

16	Типология	1
17	Основы графологии	1
18	Определение своего психологического типа и акцентуаций характера	1
19	Определение особенностей личности по подчерку	1
	Память	5
20	Что такое память	1
21	Кратковременная память	1
22	Рабочая память	1
23-24	Мнемотехника	2
	Мышление	3
25	Что такое мышление.	1
26-27	Индивидуальные особенности мышления	2
	Психология эмоций	7
28-29	Характеристика чувств	2
30	Виды чувств	1
31	Как справиться с эмоциями	1
32	Определение эмоционального состояния	1
33	Контрольная работа по курсу «Психология»	1
34	Как справиться с эмоциями	1
	Итого	34

Учебно- методическое обеспечение

Программа:

- Примерной программы «Психология» А.Д. Андреевой, Е.Е. Даниловой, И.В. Дубровиной, Д.В. Лубовского, А. М. Прихожан, Н.Н. Толстых.

Учебные пособия:

- Учебник по социальной психологии Д. Майерса;
- Учебник «Психология общения» Е. И. Рогова;
- Учебник «Психология эмоций» Е. И. Рогова.

Методические пособия:

- Преподавание психологии в школе (3-11 кл.) учебно-методическое пособие под ред. И.В.Дубровиной. М. , 2007г. .А.Д. Андреевой, Е.Е. Даниловой, И.В. Дубровиной, Д.В. Лубовского, А. М. Прихожан, Н.Н. Толстых.

Электронные образовательные ресурсы. Образовательные порталы.

- Электронная библиотека психологической литературы (<http://bookap.info/>)
- Электронная библиотека «Koob.ru»: подразделы «Психология», «Психотерапия» (<http://www.koob.ru>)
- «Психея» (<http://www.psycheya.ru/>)
- Газета «Школьный психолог» (<http://psy.1september.ru/>)
- Журнал «Вопросы психологии» (<http://www.voppsy.ru/>)
- Электронный журнал «Психологическая наука и образование» (<http://www.psyedu.ru/>)
- Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» (<http://festival.1september.ru/>)
- «Сеть творческих учителей» (<http://www.it-n.ru/>)
- «Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов» (<http://school-collection.edu.ru/>)
- «Педсовет» (<http://pedsovet.org/help/>)

Способы контроля и оценивания образовательных достижений.

Модернизация системы образования предполагает существенное изменение организации контроля качества знаний обучаемых и качество преподавания в соответствии с учебными планами и учебниками. Предметом педагогического контроля является оценка результатов организованного в нем педагогического процесса. Основным предметом оценки результатов психологического образования являются знания, результатов обучения – умения, навыки и результатов воспитания – мировоззренческие установки, интересы, мотивы и потребности личности.

Данной программой предусмотрено использование следующих видов контроля.

Стартовый контроль определяет исходный уровень обученности, подготовленность к усвоению дальнейшего материала. Стартовый контроль проводить в начале учебного года. С помощью *текущего контроля* возможно диагностирование дидактического процесса, выявление его динамики, сопоставление результатов обучения на отдельных его этапах.

Рубежный контроль выполняет этапное подведение итогов за четверть, полугодие, год после прохождения, например, больших тем, крупных разделов программы. В рубежном контроле учитываются и данные текущего контроля.

Итоговый контроль осуществляется после прохождения всего учебного курса, обычно накануне перевода в следующий класс. Данные итогового контроля позволяют оценить работу педагога и учащихся. Результаты заключительного контроля должны соответствовать уровню национального стандарта образования.

Каждый из перечисленных видов контроля может быть проведён с использованием следующих методов и средств:

- устный (беседа, викторины, контрольные вопросы);
- письменный (вопросники, кроссворды, тесты);
- практический (упражнения, художественно-творческие задания, индивидуальные карточки-задания).

Формы контроля знаний, умений, навыков (стартовый, текущего, рубежного, итогового)

Критерии оценки устных индивидуальных и фронтальных ответов

- Активность участия.
- Умение собеседника прочувствовать суть вопроса.
- Искренность ответов, их развернутость, образность, аргументированность.
- Самостоятельность.
- Оригинальность суждений.

**ТЕСТ ДЛЯ ПРОВЕРКИ УРОВНЯ УСВОЕНИЯ ЗНАНИЙ
ПО ЭЛЕКТИВНОМУ КУРСУ «Психология»**

ИНСТРУКЦИЯ ИСПЫТУЕМОМУ

Тест состоит из 23 заданий. На выполнение теста отводится 45 минут. Работа выполняется индивидуально, без использования дополнительных источников. Ответы вписываются в предоставленные бланки ответов. Ответы должны быть однозначно читаемы (исправления не допускаются). Задание рекомендуется выполнять по порядку, не пропуская ни одного. Если задание не удается выполнить сразу, перейдите к следующему. Если останется время, вернитесь к пропущенным заданиям.

1. Конфликт в социальной психологии – это

2. Какие социальные дилеммы вы знаете?

3. Дайте определение, что такое предрассудок

4. Дайте определение, что такое стереотип

5. Какие виды предрассудков вы знаете?

6. Назовите источники предрассудков

7. Назовите виды психологического влияния

8. Что такое «управленческая пятерня»?

9. Что является источником для манипулирования человеком?

10. Психологическое влияние – это

11. Какие признаки наиболее информативны для понимания и оценки другого человека?

12. Надо ли стараться быть понятым?

13. Эмпатией можно назвать:

- a. Способ понимания другого человека
- b. Эмоциональное вчувствование в проблемы другого человека
- c. Сопереживание другому
- d. Все ответы верны

14. Паралингвистика – это наука, изучающая:
- a. Громкость и интонацию голоса
 - b. Тембр, темп и высоту голоса
 - c. Влияние качества голоса на коммуникацию
 - d. Все ответы верны

15. Что такое невербальная коммуникация?

16. Размещение партнеров на расстоянии до 120 см называют:

- a. Интимным
- b. Социальным
- c. Публичным

17. Перечислите составляющие анализа подчерка

18. Почему наш характер взаимосвязан с нашим подчерком?

19. Виды памяти

20. Виды мышления

21. Что такое эмоции и чувства и чем они отличаются друг от друга

22. Какие из перечисленных эмоций относятся к фундаментальным:

- a. Симпатия
- b. Презрение
- c. Печаль
- d. Страх
- e. Стыд

23. Аффект – это:

- a. Сильная эмоция
- b. Кратковременная страсть
- c. Продолжение фрустрации
- d. Противоположность стрессу
- e. Все ответы неверны