

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство Образования Иркутской области

Администрация МО "Эхирит-Булагатский район"

МОУ Захальская СОШ

РАССМОТРЕНО

МО учителей естественно-
географического цикла

Протокол №1

от «28» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директором школы

Приказ №65/5

от «28» 08 2023 г.

Рудовой О. С.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности «Этика и психология семейной жизни»

для обучающихся 10 – 11 классов

п. Свердлово 2023

Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Этика и психология семейной жизни» на уровне среднего общего образования разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы, представленных в ФГОС СОО и ФОП.

Данная программа курсов разработана на основе образовательной программы «Азбука психологии». 1-11 кл. Автор: Е.И. Рогов. Москва «ВЛАДОС» 2020 г. на основе требований к результатам освоения средней образовательной программы основного общего образования, в соответствии с:

Актуальностью курса является подготовка подрастающего поколения к жизни в правовом демократическом государстве. Именно личностные, психологические факторы выступают на первый план в работе над этой задачей. 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 гражданина демократического общества. Социально-психологическая и личностная зрелость человека характеризуется способом решения жизненных противоречий и проявляется в умении соединять свои индивидуальные особенности, статусные, возрастные возможности, собственные притязания с требованиями общества, окружающих.

Спецификой и уникальностью курса является помощь в формировании индивидуальной "стратегии жизни" старшеклассников является главной ценностью курса по психологии "Чтобы научиться жить соответственно своим возможностям, способностям, характеру, необходимо знание, понимание самого себя. Искусство жизни состоит не только в том, чтобы учитывать свою индивидуальность, но и в том, чтобы соотносить свои жизненные цели, планы и желания со своими особенностями, чтобы раскрывать в ходе жизни в себе новые качества, развивать новые способности" (К. А. Абульханова-Славская).

Цель: формирования психологической готовности старшеклассников к вступлению во взрослую жизнь, формирование основных умений и навыков самопознания, самоанализа, самооценки.

ВЗАИМОСВЯЗЬ С ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ

Рабочая программа разработана с учетом рекомендаций программы воспитания МОУ Захальская СОШ, учитывает психолого-педагогические особенности данных возрастных категорий. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать ее не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребенка. Рабочая программа воспитания школы отражена в планируемых личностных результатах рабочей программы

Место в учебном плане

Данная программа курса создана для общеобразовательных учреждений, средней общеобразовательной школы, параллели 10-11 классов, 1 час в неделю, итого: 34 часа в год.

Содержание

10 класс

Психология общения (11 ч.)

Тема 1. Наука психология Понятие о науке психологии. История развития психологии. Основные направления в психологии. Психические процессы (восприятие, память, внимание, мышление и. т. д.). Что такое индивидуально-психологические особенности личности.

Тема 2. Что такое общение ... Общение. Микро- и макро среды общения. Разнообразие форм общения. 5 функций общения. Типы общения. Правила диалогического общения. Секреты знакомства.

Тема 3. Информация и коммуникация Информация и информированность. Типы информации. Коммуникаторы и реципиенты. Модель коммуникативного процесса Лассуэлла. Позиции коммуникатора. Секреты общения.

Тема 4. Вербальная коммуникация. Вербальная коммуникация. Слово – речь. Совершенствование навыков вербального общения. Совершенствование навыков письменной речи. Помощники и враги коммуникации. Денотаты и коннотации. Ассертивность. Структура речевой коммуникации. Успешность коммуникации и коммуникативные навыки.

Тема 5. Занятие с элементами тренинга «Вербальное общение». Отработка умений и навыков вербальной коммуникации. Умение определить ведущий канал восприятия информации. Отработка навыка знакомства (создание благоприятного впечатления). Развитие вербальной креативности. Развитие коммуникативных склонностей.

Тема 6 – 7. Невербальное общение. Невербальная коммуникация. Мимика лица. Взгляд(визуальное общение). Нос, рот и голова. Жесты. Поза. Звуки и запахи. Межличностное пространство. Врожденные, генетические, приобретенные и культурно обусловленные сигналы. Восприимчивость, и интуиция и предчувствия. Качество присутствия и элементы невербального общения.

Тема 8. Занятие с элементами тренинга «Невербальное общение». Развитие слуховой модальности. Развитие логического мышления, креативности. Развитие внимательности, умение чувствовать другого человека. Развитие наблюдательности. Развитие невербальной креативности.

Тема 9. Общение как восприятие людьми друг друга. Личность как субъект общения. Взаимодействовать общаясь. От практики к теории взаимодействия. Нормальное взаимодействие. Социальный контроль. Ролевое взаимодействие.

Тема 10. Конфликт – неэффективное общение. Понятие конфликта. Начало конфликтной ситуации. Этапы конфликта. Поведение в конфликтной ситуации (стратегии поведения). Разрешение конфликтной ситуации. Стратегия эффективного разрешения конфликта.

Тема 11. Способы оптимизации общения. Способы оптимизации общения. Преграды общения. Правила подачи обратной информации. Эффективное слушание. Установки, затрудняющие процесс общения. Эмоциональные

переживания, осложняющие процесс общения. Поведение, затрудняющее общение. Понятие транзактного анализа

Социальная психология (13 ч.)

Тема 12. Наука социальная психология. Понятие социальной психологии. Современное представление о предмете социальной психологии. Определение социальной психологии. Задачи социальной психологии. Место социальной психологии в системе наук.

Методы социальной психологии.

Тема 13 – 14. Социальное воздействие: конформизм. Понятие конформизма. Классические эксперименты: Шерифа, Аша, Милграма. Чем вызвано подчинение? Обсуждение классических экспериментов. Когда проявляется конформизм? Почему проявляется конформизм? Кто проявляет конформизм? Сопротивление социальному давлению.

Тема 15 – 16. Социальное воздействие: убеждение. Что такое убеждение. Два способа убеждения. Слагаемые убеждения: влияние коммуникатора; что излагается, содержание сообщения; как передается сообщение, канал коммуникации; кому адресовано сообщение, аудитория. Примеры исследований убеждения. Сопротивление убеждению: прививка установок.

Тема 17. Социальные влияния: влияния группы. Что такое группа. Социальная фасилитация. Социальная лень. Деиндивидуализация. Групповая поляризация. Огруппление мышления. Влияние меньшинства.

Тема 18 – 19. Социальные отношения: стереотипы и предрассудки. Что такое предрассудки. Природа и власть предрассудков. Стереотипы – что это?. Социальные источники предрассудков. Эмоциональные источники предрассудков. Когнитивные источники предрассудков.

Тема 20. Социальные отношения: дружба и любовь. Присоединенность и благополучие. Дружба: близость, физическая привлекательность, противостояние: сходство или взаимодополняемость, нам нравятся те, кому мы нравимся. Любовь: любовь-страсть, теории любви, вариации любви. Поддержание тесных взаимоотношений. Завершение отношений.

Тема 21 – 22. Социальные отношения: альтруизм – помощь другим. Что такое альтруизм. Почему мы оказываем помощь? Когда мы оказываем помощь: ситуация, число очевидцев, давление времени, личностные влияния, чувства, черты личности, религиозность. Кому мы оказываем помощь? Каким образом мы можем усилить оказание помощи?

Тема 23 – 24. Социальные отношения: конфликт и примирение. Что такое конфликт. Социальные дилеммы. Решение социальных дилемм. Конкуренция. Восприятие несправедливости. Искаженное восприятие. Примирение. Контакт. Сотрудничество. Коммуникация. Умиротворение.

Психология эмоций (10 ч.)

Тема 25- 26. Характеристика чувств. Что такое чувства. Особенности чувственной сферы. Нужны ли нам переживания? Внешнее проявление чувств.

Внутренние компоненты эмоций. Индивидуальные особенности чувств человека.

Тема 27. Занятие с элементами тренинга «Эмоции». Развитие эмпатии. Развитие наблюдательности. Выражаем эмоции, узнаем их, реагируем на них.

Тема 28 – 29. Виды чувств. Чувственный тон. Настроение. Эмоции. Аффект. Стресс. Фрустрация. Страсть. Высшие чувства.

Тема 30. Занятие с элементами тренинга «Виды чувств». Развитие эмпатии. Развитие наблюдательности. Способы управления настроением. Что делать со стрессом.

Тема 31 – 32. 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.

Тема 33. Занятие с элементами тренинга «Как справиться с эмоциями». Способы саморегуляции: аутотренинг, самовнушение, система самоуправления эмоциональными состояниями.

Занятие 34. Контрольная работа по курсу в виде тестовых заданий.

11 класс

Введение (1 урок).

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

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.

Личностное самоопределение (10 уроков).

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

Профессиональное самоопределение (4 урока).

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

Социальное самоопределение (9 уроков)

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

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.

Планируемые результаты

Личностные результаты программы по обществознанию на уровне среднего общего образования отражают готовность и способность обучающихся руководствоваться сформированной внутренней позицией личности, системой ценностных ориентаций, позитивных внутренних убеждений, соответствующих традиционным ценностям российского общества, расширение жизненного опыта и опыта деятельности в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности.

В результате изучения обществознания на уровне среднего общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

1) гражданского воспитания:

сформированность гражданской позиции обучающегося как активного и ответственного члена российского общества;

осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка;

принятие традиционных национальных, общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей, уважение ценностей иных культур, конфессий;

готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;

готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в школе и детско-юношеских организациях;

умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением;

готовность к гуманитарной и волонтерской деятельности;

2) патриотического воспитания:

сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России;

ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях, труде;

идейная убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу;

3) духовно-нравственного воспитания:

осознание духовных ценностей российского народа;
сформированность нравственного сознания, этического поведения;
способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности;
осознание личного вклада в построение устойчивого будущего;
ответственное отношение к своим родителям, созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни в соответствии с традициями народов России;

4) эстетического воспитания:

эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, труда, общественных отношений;
способность воспринимать различные виды искусства, традиции и творчество своего и других народов, ощущать эмоциональное воздействие искусства;
убеждённость в значимости для личности и общества отечественного и мирового искусства, этнических культурных традиций и народного творчества;
стремление проявлять качества творческой личности;

5) физического воспитания:

сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью, потребность в физическом совершенствовании;
активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;

6) трудового воспитания:

готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие;
готовность к активной социально направленной деятельности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;
интерес к различным сферам профессиональной деятельности, умение совершать осознанный выбор будущей профессии и реализовывать собственные жизненные планы;
мотивация к эффективному труду и постоянному профессиональному росту, к учёту общественных потребностей при предстоящем выборе сферы деятельности;
готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни;

7) экологического воспитания:

сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознание глобального характера экологических проблем;

планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества, активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;

умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их;

расширение опыта деятельности экологической направленности;

8) ценности научного познания:

сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки, включая социальные науки, и общественной практики, основанного на диалоге культур, способствующего осознанию своего места в поликультурном мире;

совершенствование языковой и читательской культуры как средства взаимодействия между людьми и познания мира;

языковое и речевое развитие человека, включая понимание языка социально-экономической и политической коммуникации;

осознание ценности научной деятельности, готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе;

мотивация к познанию и творчеству, обучению и самообучению на протяжении всей жизни, интерес к изучению социальных и гуманитарных дисциплин.

В процессе достижения личностных результатов освоения обучающимися программы среднего общего образования у обучающихся совершенствуется **эмоциональный интеллект**, предполагающий сформированность:

самосознания, включающего способность понимать своё эмоциональное состояние, видеть направления развития собственной эмоциональной сферы, быть уверенным в себе в межличностном взаимодействии и при принятии решений;

саморегулирования, включающего самоконтроль, умение принимать ответственность за своё поведение, способность адаптироваться к эмоциональным изменениям и проявлять гибкость, быть открытым новому;

внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать, исходя из своих возможностей;

готовность и способность овладевать новыми социальными практиками, осваивать типичные социальные роли;

эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других, учитывать его при осуществлении коммуникации, способность к сочувствию и сопереживанию;

социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и разрешать конфликты.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические действия:

самостоятельно формулировать и актуализировать социальную проблему, рассматривать её разносторонне;

определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения, выявлять связь мотивов, интересов и целей деятельности;

выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых социальных явлениях и процессах, прогнозировать возможные пути разрешения противоречий;

разрабатывать план решения проблемы с учётом анализа имеющихся ресурсов и возможных рисков;

вносить коррективы в деятельность, отбирать способы деятельности, отвечающие её целям, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;

координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;

развивать креативное мышление при решении учебно-познавательных, жизненных проблем, при выполнении социальных проектов.

Базовые исследовательские действия:

развивать навыки учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыки разрешения проблем; проявлять способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания, включая специфические методы социального познания;

осуществлять деятельность по получению нового знания, его интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных ситуациях, в том числе при создании учебных и социальных проектов;

формировать научный тип мышления, применять научную терминологию, ключевые понятия и методы;

выявлять причинно-следственные связи социальных явлений и процессов и актуализировать познавательную задачу, выдвигать гипотезу её решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;

анализировать результаты, полученные в ходе решения задачи, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях;

давать оценку новым ситуациям, возникающим в процессе познания социальных объектов, в социальных отношениях; оценивать приобретённый опыт;

уметь переносить знания об общественных объектах, явлениях и процессах в познавательную и практическую области жизнедеятельности;

уметь интегрировать знания из разных предметных областей, комплекса социальных наук, учебных и внеучебных источников информации;

выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения; ставить проблемы и задачи, допускающие альтернативные решения.

Работа с информацией:

владеть навыками получения социальной информации, в том числе об основах общественных наук и обществе как системе социальных институтов, факторах социальной динамики из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления;

создавать тексты в различных форматах с учётом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации, включая статистические данные, графики, таблицы;

оценивать достоверность, легитимность информации различных видов и форм представления, в том числе полученной из интернет-источников, её соответствие правовым и морально-этическим нормам;

использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Общение:

осуществлять коммуникации во всех сферах жизни;

распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты;

владеть различными способами общения и взаимодействия; аргументированно вести диалог, учитывать разные точки зрения;

развёрнуто и логично излагать свою точку зрения с использованием языковых средств.

Регулятивные универсальные учебные действия

Самоорганизация:

самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и в жизненных ситуациях, включая область профессионального самоопределения;

самостоятельно составлять план решения проблемы с учётом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;

давать оценку новым ситуациям, возникающим в познавательной и практической деятельности, в межличностных отношениях;

расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений, проявлять интерес к социальной проблематике;

делать осознанный выбор стратегий поведения, решений при наличии альтернатив, аргументировать сделанный выбор, брать ответственность за принятое решение;

оценивать приобретённый опыт;

способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень.

Совместная деятельность:

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;

выбирать тематику и методы совместных действий с учётом общих интересов, и возможностей каждого члена коллектива;

принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по её достижению: составлять план действий, распределять роли с учётом мнений участников, обсуждать результаты совместной работы;

оценивать качество своего вклада и каждого участника команды в общий результат по разработанным критериям;

предлагать новые учебно-исследовательские и социальные проекты, оценивать идеи с позиции новизны, оригинальности, практической значимости;

осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным.

Самоконтроль, эмоциональный интеллект:

давать оценку новым ситуациям, вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям;

владеть навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований; использовать приёмы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения;

уметь оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению;

принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства;

учитывать мотивы и аргументы других при анализе результатов деятельности;

признавать своё право и право других на ошибки;

Предметные

В результате изучения курса «Общение с пониманием» на уровне среднего общего образования у обучающихся

выпускник научится:

- владеть системой знаний о закономерностях общения и способах управления индивидом и группой; 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.

Выпускник получит возможность научиться:

- 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;

Тематическое планирование
10 класс

№ пп	Раздел. Название темы.	Общее количество часов
1	Психология общения	11
2	Социальная психология	13
3	Психология эмоций	10
	Итого	34ч

11 класс

№	тема	Кол-во часов	Кол-во проверочных работ
	Введение	1ч	
1.	Юность – пора самоопределения	4ч	1
2.	Личностное самоопределение	10ч	1
3.	Профессиональное самоопределение	4ч	1
4.	Социальное самоопределение	9ч	1
5.	Что может нарушить процесс самоопределения	6ч	1
	Заключение	1ч	
	Итого:	35ч	5

Календарно-тематическое планирование

10 класс

№	Название темы	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
«Психология общения» (11 ч.)				
1	Вводное занятие «Наука психология»	1		
2	Что такое общение	1		
3	Информация и коммуникация.	1		
4	Вербальная коммуникация	1		
5	Тренинговое занятие «Вербальное общение»	1		
6	Невербальное общение	1		
7	Невербальное общение	1		
8	Тренинговое занятие «Невербальное занятие»	1		
9	Общение как восприятие людьми друг друга	1		
10	Конфликт – неэффективное общение.	1		
11	Способы оптимизации общения	1		
«Социальная психология» (13 ч.)				
12	Наука – социальная психология	1		
13	Социальное воздействие: конформизм	1		
14	Социальное воздействие: конформизм	1		
15	Социальное воздействие: убеждение.	1		
16	Социальное воздействие: убеждение.	1		
17	Социальные влияния: влияние группы	1		
18	Социальные отношения: стереотипы и предрассудки	1		
19	Социальные отношения: стереотипы и предрассудки	1		
20	Социальные отношения: дружба и любовь	1		
21	Социальные отношения: альтруизм – помощь другим.	1		
22	Социальные отношения: альтруизм – помощь другим.	1		
23	Социальные отношения: конфликт и примирение	1		
24	Социальные отношения: конфликт и примирение	1		
«Психология эмоций» (10 ч.)				
25	Характеристика чувств (подготовка к ЕГЭ)	1		
26	Характеристика чувств (подготовка к ЕГЭ)	1		
27	Тренинговое занятие «Эмоции» (подготовка к ЕГЭ)	1		

28	Виды чувств (подготовка к ЕГЭ)	1		
29	Виды чувств (подготовка к ЕГЭ)	1		
30	Тренинговое занятие «Виды чувств» (подготовка к ЕГЭ)	1		
31	Как справиться с эмоциями (подготовка к ЕГЭ)	1		
32	Как справиться с эмоциями (подготовка к ЕГЭ)	1		
33	Тренинговое занятие «Как справиться с эмоциями» (подготовка к ЕГЭ)	1		
34	Контрольная работа в виде тестовых заданий	1		
ИТОГО: 34 часа				

11 класс

№	Название темы	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
1	Введение. Общие понятия о самоопределении	1		
Раздел 1. Юность - пора самоопределения – 4 ч.				
2	На пороге взрослой жизни. Мировоззрение и самоопределение.	1		
3	Жизненные цели и временная перспектива. Время в жизни человека.	1		
4	Свойства временной перспективы. Поколения формируются в юности	1		
5	Обобщение по теме « Юность - пора самоопределения»	1		
Раздел 2. Личностное самоопределение – 10 ч.				
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		
15	Обобщение по теме « Личностное самоопределение»	1		
Раздел 3. Профессиональное самоопределение – 4 ч				
16	Отношение к труду и самооценка в процессе профессионального самоопределения	1		
17	Способности и склонности	1		
18	Выбор будущей профессии.	1		
19	Обобщение по теме « Профессиональное самоопределение»	1		
Раздел 4. Социальное самоопределение – 9 ч				
20	Семья и брак. Функции современной	1		

	семьи			
21	Психологические особенности мужчин и женщин	1		
22	Социальные стереотипы мужественности и женственности	1		
23	Любовь – высшее человеческое чувство	1		
24	Многообразие проявлений чувства любви	1		
25	Любовь и семья	1		
26	Семейные отношения	1		
27	Супружеские отношения	1		
28	Обобщение по теме « Социальное самоопределение»	1		
Раздел 5. что может нарушить процесс самоопределения – 6 ч				
29	Психологические барьеры самоопределения	1		
30	Психологический стресс. Фрустрация.	1		
31	Психологические зависимости. Бегство в иллюзии	1		
32	Игровая зависимость. Интернет-зависимость	1		
33	Общие характеристики психологической зависимости	1		
34	Обобщение по теме « что может нарушить процесс самоопределения» Итоговое обобщение.	1		
ИТОГО: 34 часа				

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Литература:

1. Рогов Е. И. Психология общения. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2013. – 336 с.: ил. – (Азбука психологии).
2. Дерябо С. Д., Ясвин В. А. Гроссмейстер общения. – 4-е издание. М.: Смысл; Эрудит-К, 2012. – 192 с.
3. Майерс, Д. Социальная психология/Перев. с англ. – СПб.: Издательство «Питер», 2012 – 688 с.: ил. (Серия «Мастера психологии»).
4. Рогов Е. И. Эмоции и воля. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2015. – 240 с.: ил. – (Азбука психологии).

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Дополнительная литература:

1. Сидоренко Е. В. Тренинг коммуникативной компетенции в деловом взаимодействии. – СПб.: Речь, 2003. – 208 с., ил.
2. Моница Г. Б., Лютова-Робертс Е. К. коммуникативный тренинг (педагоги, психологи, родители). – СПб.: издательство «Речь», 2005. – 224 с.: ил.
3. Психологический словарь/авт.-сост. В. Н. Копорулина, М. Н. Смирнова, Н. О. Гордеева, Л. М. Балабанова; Под общей ред. Ю. Л. Неймера. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. – 640 с.
4. Пайнс Э., Маслач К. практикум по социальной психологии. – СПб.: издательство «Питер», 2002. – 528 с.: ил. – (серия «Практикум по психологии»).
5. Емельянов С. М. Практикум по конфликтологии. – СПб.: издательство «Питер», 2002. – 368 с.: ил. – (серия «Практикум по психологии»).
6. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога: Учеб. Пособие: в 2 кн. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. – Кн. 1: система работы психолога с детьми разного возраста. – 384 с.: ил.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ

единое содержание общего образования. <https://edsoo.ru/>

Цифровая образовательная платформа. Учебные материалы для педагогов и

школьников. Интерактивный Конструктор уроков и упражнений. Режим доступа: <https://educont.ru/>

Фоксфорд. Крупнейшая онлайн-школа в России. Режим доступа: <https://foxford.ru/>

**ТЕСТ ДЛЯ ПРОВЕРКИ УРОВНЯ УСВОЕНИЯ ЗНАНИЙ
ПО КУРСУ «Психология» за 10 класс**

ИНСТРУКЦИЯ ИСПЫТУЕМОМУ

Тест состоит из 20 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).

ФИО _____

1. Выберите правильный вариант ответа.

Психология – это...

А) ... наука о душе

Б) ... наука изучающая психику и психическую деятельность человека

В) ... наука, изучающая закономерности возникновения, развития и функционирования психики и психической деятельности человека и групп людей.

Г) все ответы верны

2. Назовите методы психологии

3. В предложенном тексте допишите пропущенные слова.

_____ — это сложное понятие в философии, психологии и медицине; совокупность душевных процессов и явлений (ощущения, восприятия, эмоции, память и т. п.); специфический аспект жизнедеятельности животных и человека в их взаимодействии с окружающей средой. Человеку присуща высшая форма психики — _____.

4. К каждому действию подберите метод психологии.

Анкетирование - _____

Тренинг- _____

Опрос- _____

Статистический анализ мониторингов - _____

Внушение - _____

5. Дайте определение

Невербальная коммуникация – это _____

6. К каждому виду средств невербальной коммуникации подберите пример

1) Тактильные движения

2) Движения экспрессивно выразительные

3) Пространственные движения

А) Рукопожатие

Б) Удобная поза

В) Похлопывание по плечу

Г) Руки скрещенные на груди

1) _____ 2) _____ 3) _____

7. По каким жестам можно определить, что человек чувствует себя неуверенно, некомфортно.

8. Дайте характеристику каждому участнику беседы. О чем говорят их жесты?



9. Напишите функции общения:

10. Какие типы общения вы знаете:

11. При императивном типе общения партнер выступает как:

- Носитель «нужных» нам свойств
- Равноправный партнер
- Пассивная сторона
- Авторитарная сторона

12. Интерактивная сторона общения это:

- Обмен информацией между общающимися людьми
- Обмен действиями
- Восприятие, оценка и понимание людьми друг друга

13. Какие типы информации вам известны:

14. Речь, произносимую одним человеком при обращении к другому или многим людям, называют:

- Диалогом
- Внутренней речью
- Монологом
- Восклицанием

15. Дайте определение:

Социальная психология – это

16. Конформизм – это:

- Изменение поведения в результате реального или воображаемого давления
- Изменение убеждений в результате реального или воображаемого давления
- Изменение поведения или убеждений в результате реального или воображаемого давления.

17. Что такое группа:

18. Кто является членами одной группы:

- Пассажиры автобуса
- Команда по баскетболу
- Соседи по лестничной клетке
- Ученики одного класса

19. Продолжите: конфликт – это

20. Положительные эмоции возникают от того, что имеющаяся информация:

- Избыточна;
- Недостаточна;
- достаточна