

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа с. Смоленка

Утверждаю  
Директор  
МОУ СОШ с. Смоленка  
\_\_\_\_\_  
Л.В.Иванова  
Приказ № \_\_\_\_\_  
от «\_\_» августа 2023г.

**Рабочая программа**  
**Психолого-педагогического класса**  
**по курсу «Основы психологии»**  
**среднего общего образования 10-11 классы**

**Срок реализации:** 2023-2025 г.г.

**Составитель:**  
педагог-психолог  
Зими́на С.В.

с. Смоленка  
2023 год



## Пояснительная записка

Данная программа составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования.

1. Программа элективного курса составлена на основе:

- Программы Психология 10 класс / А.Д. Андреева, Е.Е. Данилова, И.В. Дубровина и др.; Под ред. И.В. Дубровиной. - 2е изд., стер.- М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2008.
- Основы психологии для старшеклассников: Пособие для педагога: В 2 ч. Основы психологии: 10 класс. – Ч.1./ Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В, М.: Гуманитарный Изд. Центр ВЛАДОС, 2003.

1. Уровень образования программы - для классов гуманитарного профиля.

Преподавание психологии предполагает сотрудничество старшеклассников с педагогом-психологом в пространстве проблем самосознания, личностной самореализации и саморегуляции, интеллектуальной и личностной рефлексии. Именно в этот период осознанно формируются нравственные ценности, жизненные перспективы, происходит осознание самого себя, своих возможностей, способностей, интересов, стремления ощущать себя и стать взрослым, тяга к общению со сверстниками, внутри которого оформляются общие взгляды на жизнь, на отношения между людьми, на свое будущее, формируются личностные смыслы жизни.

**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.

Программа рассчитана на 2 года обучения (10 - 11 классы, 34 часа ежегодно). Курс психологии рассчитан на подростков 16 – 17 лет, соответственно, программа строится с учетом возрастных интересов девушек и юношей.

Программа включает в себя следующие разделы: Введение в науку, Познавательные процессы, Эмоции и чувства (10 класс), Личность, Межличностные отношения, Общение, Жизненное самоопределение (11 класс).

Преподавание психологии предусматривает теоретическую подготовку, а также ориентировано на обращение к тем проблемам, которые важны для девушек и юношей в силу возрастных особенностей развития.

Возраст учащихся 10-11 классов благоприятен для завершения развития психологической готовности к самоопределению – личностному, профессиональному, жизненному. Поэтому с ними в учебной работе по психологии основное внимание уделяется формированию их понимания своего призвания, умения видеть смысл жизни, временным перспективам и эмоциональным привязанностям, профессиональному выбору и будущей семейной жизни.

Приоритетные **принципы** отбора и структурирования материала:

- гуманизация образования;
- интеграция предметов;
- дифференциация и индивидуализация обучения;
- природосообразность материала;
- доступность образования;
- логичность и системность изложения материала;
- полнота и завершенность содержательных линий.

Урок психологии подчиняется, с одной стороны, общим дидактическим законам ведения урока, с другой стороны, имеет свои специфические особенности в содержательных акцентах и способах проведения:

- Обучающиеся на уроке познают не только психологию человека вообще, но имеют возможность познавать себя, закономерности, механизмы, сущность и условия развития личности.
- Еженедельные уроки психологии позволяют обучающимся сориентироваться в особенностях “психологического” взаимодействия, его целях и результатах.
- Большинство заданий носят предельно обобщенный характер, являясь, по сути, лишь алгоритмом, который каждый обучающийся наполняет волнующим его содержанием, поскольку специфика жанра урока и



школьного класса не позволяют открыто работать с теми или иными затруднениями отдельных обучающихся.

Курс «Основы психологии» имеет **теоретико-прикладную направленность**, то есть в каждой теме предусматривается психологический практикум, в котором старшеклассникам предлагаются: психотехнические игры и упражнения, игры-коммуникации, анализ конфликтных ситуаций, рефлексивные упражнения. Занятия содержат следующие элементы:

Ведется индивидуальная работа в тетради, которые хранятся у старшеклассников, что снижает вероятность нарушения конфиденциальности записей в тетради. Это обеспечивает детям определенную степень психологической безопасности.

- Работы в тетради проверяются и оцениваются: записывается мнение, реплика, риторический вопрос, размышление психолога как индивидуальная обратная связь.
- Работа на занятиях проходит за партами, но при изучении отдельных тем, где требуется проведение мастерской или работа в режиме мини-тренинга, работа проводится в круге.
- В структуре урока выделяются смысловые блоки, традиционные для групповой психологической работы с детьми юношеского возраста.
- Объявление темы занятий, за которым следует мотивирующее упражнение и/или обсуждение, благодаря которому обучающиеся получают возможность обратиться к личному опыту, связанному с заявленной проблемой.
- Работа по теме занятия. Основное содержание занятия представляет собой теоретическую часть и совокупность психотехнических упражнений и приемов, которые подбираются в соответствии с задачами, сформулированными для работы над каждой темой. Самое главное в их использовании – это помочь подросткам найти психологический подтекст упражнения.
- Подведение итогов занятия – предполагает формулирование основных результатов, достигнутых на уроке. Этот этап проходит в форме открытого обсуждения или в форме письменной работы в тетради.

Программа предполагает использование следующих **методических приемов**:

- устный или анкетный опрос для выявления запроса и спектра интересующих учащихся проблем в рамках предлагаемой темы урока;
- “универсализация” трудностей через использование проективных форм “Одна девушка...”, “Большинство людей...”;
- обращение к личному опыту учащихся в процессе работы над темой;
- тестирование, ситуационно-ролевые, деловые и развивающие игры, соответствующие изучаемым темам, рефлексия результатов урока, анонимное обращение обучающихся к собственным затруднениям;



- контроль “уровня достижений” в виде заданий, выполнение которых показывает включенность изучаемого материала в “поле опыта” учащихся (уровень личностной ассимиляции знаний).

Механизм оценивания результатов:

1. Владение фактами:

- установление причин фактов;
- установление взаимосвязей между фактами;
- отличие основных фактов и фактов второстепенных.

1. Владение проблематикой:

- формулирование проблем по теме;
- умение отыскать возможные пути решения проблемы.

1. Владение понятиями:

- раскрытие содержания понятий;
- установление взаимосвязей между понятиями; - практическое применение понятий.

1. Владение правилами и приемами:

- формулирование правил, требований, приемов;
- раскрытие содержания правил, требований, приемов;
- характеристика действий, связанных с применением правил, требований, приемов.

1. Проверка навыков:

- моделирование ситуаций, связанных с практическим выполнением действий, составляющих конкретное умение; - выполнение комплекса действий, составляющих определенное умение;
- самоанализ результатов выполнения подобных действий.

В ходе изучения курса, учащиеся будут участвовать в проектно-исследовательской деятельности, создавать проекты, которые будут представляться по окончании курса. Поэтому в учебном плане предусматривается работа над проектами.

## **2. Описание места занятий психолого-педагогического класса «Основы психологии» в учебном плане**

Программа курса предназначена для обучающихся 10-11 классов и рассчитана на 2 год обучения - по 1 часу в неделю, 10 класс 34 часа в год, 11 класс 33 часа в год. Программа реализуется за 67 часов в год.



## 1. Тематическое планирование

| 1. №<br>2. п.п. | Название темы,<br>количество<br>часов.<br>Основное<br>содержание<br>по темам | Планируемые результаты по<br>каждой теме<br>(характеристика основных видов<br>деятельности обучающихся (на<br>уровне учебных действий<br>предметных, личностных,<br>метапредметных))                                                        |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>10 класс</b> |                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                             |
| 1               | Введение в психологию (3 ч.)                                                 | Психология как наука, психика, отрасли психологии.<br>Нейропсихология, межполушарная асимметрия. Психические явления, познавательные процессы, свойства психики, состояния психики.                                                         |
| 2               | Учебный проект (1 ч.)                                                        | Проект, проектная деятельность, этапы проектирования.                                                                                                                                                                                       |
| 3               | Ощущение и восприятие (3 ч.)                                                 | Ощущение, виды ощущений, пороги ощущений, адаптация, сенсбилизация, синестезия.<br>Восприятие, свойства восприятия, константность, активность, иллюзии восприятия. Рефлексия.                                                               |
| 4               | Память (3 ч.)                                                                | Память, виды памяти, процессы памяти. Мнемотехнические приёмы.                                                                                                                                                                              |
| 5               | Мышление (4 ч.)                                                              | Мышление, виды мышления, операции мыслительные, ум, интеллект.<br>Мыслительные операции.<br>Креативность мышления.                                                                                                                          |
| 6               | Воображение (4 ч.).                                                          | Воображение, воссоздающее и творческое воображение, галлюцинации, приёмы воображения: агглютинация, акцентирование, схематизация.<br>Аутогенная тренировка, медитация, саморегуляция. Фрейдизм<br>Проективные методики. эмпатия, рефлексия. |
| 7               | Внимание (3 ч.)                                                              | Внимание, концентрация,                                                                                                                                                                                                                     |



|                 |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                 |                             | распределение, объём, устойчивость, переключение внимания, гиперактивность.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 8               | Презентация проектов (2 ч.) | Работа с техническими средствами.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 9               | Чувства и эмоции (9 ч.)     | Эмоции, чувства. Виды эмоций. Аффекты, настроение, страсти, стресс. Агрессия, «Я-высказывание». Трудное состояние, монотония, скука, депрессия, фрустрация, дистресс, стресс. Травматический стресс, посттравматические стрессовые нарушения, экзаменационный стресс.<br><br>Саморегуляция, мышечная релаксация, ресурсное состояние. Горе, нормальное горе, психологическая защита, стадии горя.                                                                                                                                                   |
| 10              | Защита проектов (2 ч.)      | Работа с техническими средствами, представление работы.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>11 класс</b> |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 11              | Личность (10 ч.)            | Возрастная периодизация, возраст, теория детского развития, «Я-концепция».<br><br>Личность, человек, индивид, индивидуальность. Психоанализ, бихевиоризм, гуманистическая психология Личность, «Я-концепция», самовыражение, самоактуализация. Движущие силы личности, способности, задатки, талант, мотив, мотивация, направленность личности Темперамент, интроверсия, экстраверсия, эмоциональная стабильность, типы темперамента. Характер, рефлексия, самооценка. Акцентуация характера, теории Личко А.Е., Леонгарда К. Личность, самооценка, |



|    |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                      | акцентуации характера.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 12 | Общение (13 ч.)                                      | <p>Социальная психология, социально-психологические явления, общение, когнитивный, эмоциональный, поведенческий компоненты общения.</p> <p>Заражение, внушение, убеждение, подражание, референтная группа. Вербальное и невербальное общение, эмпатия.</p> <p>Коммуникационные жесты, зональное пространство.</p> <p>Трансакция (перекрёстная, взаимодополнительная), эгосостояния, «Ребёнок», «Родитель», «Взрослый».</p> <p>Установки, барьеры общения, конфликт. Самооценка, застенчивость. Компромисс, противостояние, избегание, уступчивость, сотрудничество. Невербальное общение.</p> <p>Механизмы психологической защиты, психоанализ, аффирмация, манипулирование.</p> |
| 13 | Межличностные отношения (2 ч.)                       | <p>Малая группа, межличностные отношения, Коллектив, классификация</p> <p>Лутошкина – Уманского, социально- психологический климат группы, общение, межличностные взаимоотношения, «Я-концепция».</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 14 | Роль эмоций в общении.<br>Управление эмоциями (5 ч.) | <p>Виды эмоций, приспособительно-защитная функция эмоций.</p> <p>Агрессия, «Я-высказывание».</p> <p>Трудное состояние, монотония, скука, депрессия, фрустрация, дистресс, стресс. Травматический стресс, посттравматические стрессовые нарушения, экзаменационный стресс.</p> <p>Саморегуляция, мышечная</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |



|                       |                                               |                                                                     |
|-----------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
|                       |                                               | релаксация, ресурсное состояние.                                    |
| 15                    | Жизненное самоопределение<br>Рефлексия (2 ч.) | Мотив, мотивация, притязания, временная перспектива, «Я-концепция». |
| 16                    | Защита проектов (1 ч.)                        | Работа с техническими средствами, представление работы.             |
| <b>Всего 67 часов</b> |                                               |                                                                     |

#### **4. Планируемые результаты освоения курса в психолого-педагогическом классе «Основы психологии»**

##### **Личностные результаты:**

- развитие психически-познавательных процессов;
- целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве;
- умение наблюдать за разнообразными явлениями жизни в учебной и внеурочной деятельности, их понимание и оценка — умение ориентироваться в многообразии окружающей
- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

##### **Метапредметные результаты:**

- овладение способностями принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в разных формах и видах психологической деятельности;
- освоение способов решения проблем психологического характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания самого себя;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата в творческой деятельности;
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных психологических задач на уроках психологии, во внеурочной и внешкольной;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии; позитивная самооценка;
- овладение навыками смыслового прочтения содержания текстов в соответствии с целями и задачами деятельности;



- приобретение умения осознанного построения речевого высказывания в соответствии с задачами коммуникации;
- формирование у школьников умения составлять тексты, связанные с размышлениями о психологии и личностной оценкой ее содержания, в устной и письменной форме;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, установления аналогий в процессе учебной деятельности;

#### **Предметные результаты:**

- формирование представления о роли психологии в жизни человека, в его духовно-нравственном развитии;
- формирование общего представления о психологической картине мира;
- знание основных закономерностей психологии на примере изучаемой тематики;
- формирование основ психологической культуры;
- формирование устойчивого интереса к психологии;
- умение выражать свое отношение к предмету психология.

#### **Личностные универсальные учебные действия**

У учащегося будут сформированы:

- эмоциональная отзывчивость;
- устойчивое положительное отношение к урокам психологии; интерес к психологическим занятиям во внеурочной деятельности, понимание значения психологии в собственной жизни;
- представление о психологии как факторе, позитивно влияющем на здоровье.

Учащийся получит возможность для формирования:

- познавательного интереса к психологическим занятиям;
- нравственно-эстетических чувств;
- представления о психологических занятиях как способе эмоциональной разгрузки.

#### **Регулятивные универсальные учебные действия**

Учащийся научится:

- принимать и сохранять учебную задачу, понимать смысл инструкции учителя и вносить в нее коррективы;
- планировать свои действия в соответствии с учебными задачами, различая способ и результат собственных действий;
- выполнять действия (в устной форме) в опоре на заданный учителем или сверстниками ориентир;
- осуществлять контроль и самооценку своего участия в разных видах психологической деятельности.



Учащийся получит возможность научиться:

- понимать смысл предложенных заданий, в т. ч. и творческих;
- выполнять действия в опоре на заданный ориентир;
- воспринимать мнение сверстников и взрослых.

### **Познавательные универсальные учебные действия**

Учащийся научится:

- осуществлять поиск нужной информации в словаре и из дополнительных источников, расширять свои представления о психологии;
- самостоятельно работать с дополнительными текстами и заданиями;
- передавать свои впечатления;
- использовать примеры из жизни при обсуждении материала;
- выбирать способы решения исполнительской задачи.

Учащийся получит возможность научиться:

- осуществлять поиск нужной информации в словаре и дополнительных источниках, включая контролируемое пространство Интернета;
- строить свои рассуждения;
- обобщать учебный материал;
- устанавливать аналогии;
- представлять информацию в виде сообщения.

### **Коммуникативные универсальные учебные действия**

Учащийся научится:

- выражать свое мнение о психологических знаниях, используя разные речевые средства (монолог, диалог, письменно);
- принимать активное участие в различных видах деятельности;
- понимать содержание вопросов о психологии;
- проявлять инициативу, участвуя в обсуждениях и диалоге на уроках;
- контролировать свои действия в коллективной работе и понимать важность их правильного выполнения;
- понимать необходимость координации совместных действий при выполнении учебных и творческих задач;
- понимать важность сотрудничества со сверстниками и взрослыми;
- принимать мнение, отличное от своей точки зрения;
- стремиться к пониманию позиции другого человека.

Учащийся получит возможность научиться:

- выражать свое мнение о психологии, используя разные средства коммуникации (в т. ч. Средства ИКТ).



- понимать значение психологии в передаче настроения и мыслей человека, в общении между людьми;
- контролировать свои действия и соотносить их с действиями коллективной работы, включая совместную работу в проектной деятельности.
- формулировать и задавать вопросы, использовать речь для передачи информации, для своего действия и действий партнера;
- стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве. Программа предусматривает использование практических занятий, тестов, экспериментальных опытов, тренинговых занятий, решения проблемных задач, защиту рефератов.

## 5. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса занятий «Основы проектной деятельности»

### Учебно-методическое оснащение:

#### Список рекомендуемой литературы для учащихся

1. Алиева М.А. и др. Я сам строю свою жизнь. – СПб., 2000.
2. Аргайл М. Психология счастья. – М., 1990.
3. Берн Э. Игры, в которые играют люди: психология человеческих взаимоотношений. Люди, которые играют в игры: психология человеческой судьбы. – М., 1997.
4. Бернс Р. Развитие “Я-концепции” и воспитание, 1986.
5. Бородкин Ф.М., Коряк Н.М. Внимание, конфликт. – Новосибирск, 1983.
6. Время личности и время жизни / К.А. Абульханова, С.В.Березина. – СПб., 2001.
7. Горчакова В.Г. Имидж: розыгрыш или код доступа? – М.: Эксмо, 2007.
8. Грей Д. Женщины с Венеры, мужчины с Марса. – Киев, 2002.
9. Григорьева Т.Г. Основы конструктивного общения. В 3 частях. – Новосибирск, 1997.
- 10.Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. – СПб., 2002.
- 11.Леонтьев А.А. Психология общения. 1999.
- 12.Мэй Р. Любовь и воля. – М., 1997.
- 13.Олпорт Г. Зрелая любовь // Становление личности. – М., 2002.
- 14.Петровская Л.А. Компетентность в общении. – М., 1989.
- 15.Пиз А., Гарнер А. Язык разговора, 2000.



- 16.Почепцов Г.Г. Имиджелогия: теория и практика. Киев, 1998.
- 17.Формирование личности старшеклассника / Под ред. И.В. Дубровиной. – М., 1989.
- 18.Фромм Э. Искусство любви // Исследование природы любви. – М., 1991.

#### Литература для учителя

1. Преподавание психологии в школе: Учебно-методическое пособие. 3 – 11 классы / Под ред. И.В.Дубровиной. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2003.
2. Немов Р.С. Психология в 3-х книгах // Москва, 1995, кн.1
3. Детский психолог // г. Ростов-на-Дону, 1995, №9
4. Практическая психология образования (ред. И.В.Дубровина) // Москва, 1997
5. Психология. Учебное пособие (ред. И.В.Дубровина) // Москва, 1

### 1. Календарно-тематическое планирование программы курса «Основы психологии» 10-11 классы

#### Календарно-тематическое планирование 10-11 классы

| № урока  | Дата |      | Тема урока                                                         | Примечание |
|----------|------|------|--------------------------------------------------------------------|------------|
|          | План | Факт |                                                                    |            |
| 10 класс |      |      |                                                                    |            |
| 1.       |      |      | Что изучает психология?<br>Значение и задачи психологии как науки. |            |
| 2.       |      |      | Головной мозг и психика.<br>Зависимость психической                |            |



|     |  |  |                                                                               |  |
|-----|--|--|-------------------------------------------------------------------------------|--|
|     |  |  | деятельности человека от особенностей его нервной системы.                    |  |
| 3.  |  |  | Практикум: Методы психологии. Проективные методики как средство самопознания. |  |
| 4.  |  |  | Как создать свой проект. Основы проектно-исследовательской деятельности.      |  |
| 5.  |  |  | Понятие об ощущениях. Как мы ощущаем окружающий мир.                          |  |
| 6.  |  |  | Понятие о восприятии. Восприятие другого человека.                            |  |
| 7.  |  |  | Практикум: «Я создаю картину окружающего мира».                               |  |
| 8.  |  |  | Понятие о памяти. Процессы и виды памяти.                                     |  |
| 9.  |  |  | Особенности моей памяти.                                                      |  |
| 10. |  |  | Практикум: Мнемотехнические приемы. Отработка и усвоение некоторых из них.    |  |



|     |  |  |                                                        |  |
|-----|--|--|--------------------------------------------------------|--|
| 11. |  |  | Мышление и его характеристика.                         |  |
| 12. |  |  | Особенности моего мышления.                            |  |
| 13. |  |  | Практикум:<br>Исследование моего мышления.             |  |
| 14. |  |  | Тренинг мышления.                                      |  |
| 15. |  |  | Воображение и его характеристика.                      |  |
| 16. |  |  | Воображение и аутотренинг.                             |  |
| 17. |  |  | Сновидения как форма воображения.                      |  |
| 18. |  |  | Практикум:<br>Воображение.<br>Фантазия.<br>Творчество. |  |
| 19. |  |  | Понятие о внимании.<br>Свойства и виды внимания.       |  |
| 20. |  |  | Особенности моего внимания.                            |  |
| 21. |  |  | Практикум: Как управлять своим вниманием?              |  |
| 22. |  |  | Анализ проектной деятельности.                         |  |
| 23. |  |  | Предварительная защита проектов.                       |  |
| 24. |  |  | Понятия об эмоциях                                     |  |



|     |  |  |                                                                                 |  |
|-----|--|--|---------------------------------------------------------------------------------|--|
|     |  |  | и чувствах, их физиологические основы.                                          |  |
| 25. |  |  | Виды эмоций: положительные, отрицательные, стенические, астенические.           |  |
| 26. |  |  | Виды чувств. Настроения, аффекты, страсти, стресс.                              |  |
| 27. |  |  | Способы выражения эмоций и чувств.                                              |  |
| 28. |  |  | Трудные состояния, их типология.                                                |  |
| 29. |  |  | Психологический стресс: что с ним делать?                                       |  |
| 30. |  |  | Основы саморегуляции.                                                           |  |
| 31. |  |  | Теоретические вопросы психологии горя: виды, феноменология, динамика.           |  |
| 32. |  |  | Практикум: Эмоциональный термометр (измерение своего эмоционального состояния). |  |
| 33. |  |  | Защита проектов.                                                                |  |
| 34. |  |  | Защита проектов.                                                                |  |



| 11 класс |  |  |                                                                                                 |  |
|----------|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 35.      |  |  | Юношеская «Я-концепция». Знаю ли я свой возраст?                                                |  |
| 36.      |  |  | Личность и ее проявления: понятие о личности.                                                   |  |
| 37.      |  |  | Природа личности и ее формирование.                                                             |  |
| 38.      |  |  | Направленность и способности личности: потребности, интересы, склонности, способности, задатки. |  |
| 39.      |  |  | Понятие о темпераменте.                                                                         |  |
| 40.      |  |  | Учение Гиппократов, теория Павлова.                                                             |  |
| 41.      |  |  | Типы темперамента.                                                                              |  |
| 42.      |  |  | Понятие о характере. Черты характера.                                                           |  |
| 43.      |  |  | Практикум: «Я и моя самооценка».                                                                |  |
| 44.      |  |  | Практикум: «Акцентуации характера».                                                             |  |
| 45.      |  |  | Психология человеческих отношений.                                                              |  |



|     |  |  |                                                         |  |
|-----|--|--|---------------------------------------------------------|--|
| 46. |  |  | Понятие общения.                                        |  |
| 47. |  |  | Виды, структура и уровни общения.                       |  |
| 48. |  |  | Психологические способы воздействия в процессе общения. |  |
| 49. |  |  | Вербальные и невербальные средства общения.             |  |
| 50. |  |  | Язык телодвижений. Жесты и их значение.                 |  |
| 51. |  |  | Зоны и территории общения.                              |  |
| 52. |  |  | Трансактный анализ общения. Теория Э.Берна.             |  |
| 53. |  |  | Трудности в общении.                                    |  |
| 54. |  |  | Проблема застенчивости в общении.                       |  |
| 55. |  |  | Конфликт и способы его разрешения                       |  |
| 56. |  |  | Практикум: «Стратегия моего общения».                   |  |
| 57. |  |  | Практикум: «Язык тела».                                 |  |
| 58. |  |  | Межличностные отношения в малых группах.                |  |



|     |  |  |                                                                                    |  |
|-----|--|--|------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 59. |  |  | Социально-психологический портрет коллектива (классификация А.Н.Лутошкина).        |  |
| 60. |  |  | Виды эмоций: положительные, отрицательные, стенические, астенические.              |  |
| 61. |  |  | Способы выражения эмоций и чувств.                                                 |  |
| 62. |  |  | Трудные состояния, их типология.                                                   |  |
| 63. |  |  | Психологический стресс: что с ним делать?                                          |  |
| 64. |  |  | Основы саморегуляции.                                                              |  |
| 65. |  |  | Мотивы. Мотивация деятельности.                                                    |  |
| 66. |  |  | Практикум: «Модель моей будущей жизни» (программа развития временной перспективы). |  |
| 67. |  |  | Защита проектов.                                                                   |  |

Идентификатор документа 6b233e4f-3674-4f16-b025-6c618800870c

Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

Организация, сотрудник

Доверенность: рег. номер, период действия и статус

Сертификат: серийный номер, период действия

Дата и время подписания

Подписи отправителя:



МУНИЦИПАЛЬНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
С.СМОЛЕНКА  
Иванова Людмила Владимировна,  
ДИРЕКТОР



Не требуется для подписания

140E08D4D707DC8C522C4DB09  
9180594  
с 04.05.2023 05:12 по 27.07.2024  
05:12 GMT+03:00

20.09.2023 07:58 GMT+03:00  
Подпись соответствует файлу  
документа

