

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 16
города Невинномысска

«Согласовано» Заместитель директора по УВР  С.Н. Яковенко «31» августа 2023 г	«Утверждено» Директор МБОУ СОШ № 16  Т.Г. Александрова Приказ № 221-ОД от «31» августа 2023 г
--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Факультативный курс «Основы педагогики и психологии»

10 класс

г. Невинномысск

2023 - 2028 учебные годы

Пояснительная записка

Занятия курса «Основы педагогики и психологии» направлены на развитие личностных качеств учащихся, способствующих максимальному использованию своего потенциала в жизни, а также позволит целенаправленно формировать профессионально важные качества. В процессе участия в занятиях учащиеся усвоят элементарные знания по различным разделам практической психологии, что повысит их мотивацию к самостоятельному изучению аспектов практической психологии. Программа предназначена для учащихся 10 классов.

Продолжительность курса – 1 год.

Количество занятий – 1 раза в неделю по 1 часу

Основная **цель** курса «Психология» = развитие личности учащихся.

Ее реализация предполагает решение следующих **задач**:

- изучение Я-концепции личности и ее значение для жизни человека;
- развитие адекватного понимания своих личностных черт, своей направленности, своих целей, что позволит направить усилия на личностную коррекцию;
- развитие умения и потребности познания других людей, гуманного и альтруистического отношения к ним;
- формирование своих жизненных планов и корректировка своих ценностных ориентаций;
- развитие эмоциональной устойчивости в стрессовых и конфликтных ситуациях;
- обучение основам саморегуляции;
- развитие коммуникативных навыков бесконфликтного общения;
- развитие лидерских качеств, умения управлять группой;
- развитие умения отстаивать свою позицию, высказывать свою точку зрения

Программа составлена на 34 занятия.

Алгоритм занятия:

1. Информационный блок

изложение теоретического материала по теме занятия в интерактивной форме (лекция, диспут, коллоквиум). Задача данного блока состоит в усвоении учащимися основных понятий практической психологии, формирование положительной мотивации к получению психологической информации; формирование интереса к научным теоретическим результатам исследований российских и зарубежных ученых

2. Тренинговый блок

каждый участник в практической части «проживает» в игровой форме различные ситуации, определяя и развивая свои способности к оптимальному бесконфликтному общению, к сочувствию, к творчеству, лидерству, к умению

отстаивать свою позицию и т.д. В работе этого блока учащиеся узнают свои личностные качества как партнеров по общению, развивают те качества, которые помогают в коммуникации и могут сознательно корректировать те качества, которые мешают оптимальному общению.

3. Видео блок

просмотр и обсуждение тематических научно-популярных фильмов по теме занятия. Наглядное представление информации способствует учащимся более глубоко усвоить теоретический научный материал, а обсуждение поможет научиться формулировать свою точку зрения, свое отношение к обсуждаемой проблеме.

4. Общая рефлексия

самодиагностика и самоанализ результатов полученной и усвоенной информации. Формулирование и проговаривание итогов работы на занятии позволит участнику более глубоко усвоить материал, сформировать и скорректировать свою точку зрения на обсуждаемую проблему

5. Выполнение индивидуальных заданий

заполнение участниками бланков тестов, опросников, выполнение рисуночных тестов, заполнение таблиц, выполнение моделей по теме занятия

Принципы работы:

- 1. Принцип гуманизма** – уверенность в ответственности каждого участника перед самим собой, в его стремлении оптимизировать свой внутренний мир и свои взаимоотношения с окружающими
- 2. Принцип активизации** – готовность учащихся к получению информации, самодиагностике, осознанию глубины обсуждаемых проблем, готовность участвовать в занятии
- 3. Принцип развивающей работы** – формирование ответственности за принимаемые на занятии решения, формирование целостной картины своей личности в процессе ее развития, что включает самостоятельную работу над собой.
- 4. Принцип активизации и преобразование среды** – учащиеся осознают свою ответственность за изменения в социальной среде, которые они создают в процессе своей работы в классе.

Тематический план

№	Наименование раздела	Содержание раздела	часы
1	Введение	Тема 1: Что изучает психология? Что такое психика? Для чего необходимы знания психологии? Знания психологии для себя, в семейных отношениях, в общении с людьми.	1 час
2	Ощущение и восприятие	Тема 1: Введение понятия «ощущение», «восприятие». Пороги ощущений. Чувствительность. Адаптация. Развитие чувствительности. Восприятие. Восприятие и прошлый опыт человека. Избирательность человека. Виды восприятия.	1 час
3	Память	Тема 1: Введение понятия «память», виды памяти. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение. Индивидуальные особенности памяти.	1 час
4	Мышление	Тема 1: Мышление. Виды мышления: конкретно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое. Творческое мышление.	1 час
5	Внимание	Тема 1: Введение понятия «внимание», непроизвольное и произвольное внимание. Основные свойства внимания. Концентрация. Объем. Переключение. Устойчивость. Управление вниманием.	1 час
6	Темперамент.	Тема 1: Понятие «темперамент». Свойство нервной системы и типы темперамента: холерический, сангвистический, флегматический, меланхолический. :Какой у меня темперамент (практикум). Методика изучения темперамента.	1 час
7	Способности	Тема: Способности, виды способностей: общие, специальные. Степени развития способностей. Изучение направленности способностей, уровня их развития.	1 час
8	Эмоции	Тема 1: Понятие об эмоциях. Классификация эмоций. Внешнее выражение эмоций и поведение. Мимика. Жесты.	2 часа

		Тема 3: «Эмоциональный ли я человек?» Практикум. Методика изучения эмоций.	
9	Чувства	Тема 1: Понятие «чувства». Злость. Обида. Зависть и ревность. Вина и стыд. Страх и тревога. Тема 2: Любовь и влюбленность. Мужчина и женщина. Чувствительность. Практикум. Методика распознавания чувств.	2 часа
10	Психические состояния	Тема 1: Психические состояния, особенности, классификация Утомление и стресс. Фрустрация. Практическое занятие «Подвержен ли я стрессу?» Тема 2: Настроение. Саморегуляция настроения. Практическое занятие «Управляй своим настроением».	2 часа
11	Я-концепция и самооценка	Тема 1: Я-концепция. Самооценка. Виды самооценки. Практическое занятие «Что я знаю о себе?» Практическое занятие «Мое уникальное «Я», «Кто ты? Я-глазами других». Тема 2: Практическое занятие «Имя мое» , «Мои достоинства и недостатки». Практическое занятие «Мои ценности», «Я в бумажном зеркале».	2 часа
12	Характер	Тема 1: Понятие «характер». Структура характера. Признаки характера. Тема 2: «Какой у меня характер?». Методики изучения характера, индивидуальные особенности личности.	2 часа
13	Общение.	Тема 1: Понятие «Общение». Виды общения. Общение и его функции. Коммуникация. Интеракция. Перцепция. Тема 2: Умение слушать и вести беседу. Практическое занятие. Тема 3: Общение и индивидуальные особенности человека Практическое занятие.	3 часа
14	Коммуникативная культура	Тема 1: Искусство договариваться. Тема 2: Чувство собственного достоинства. Самоценность.	3 часа

		Тема 3: Правила культуры общения. Практическое занятие. Умение выступать публично.	
15	Конфликтология	Тема 1: Понятие «Конфликт», «спор», «дискуссия». Изучение правил ведения спора, причин, видов и стадий протекания конфликтов. Тема 2: Стратегия поведения в конфликтной ситуации. Способы урегулирования и профилактика конфликтов. Практическое занятие.	2 часа
16	Уверенность в себе	Тема 1: Понятие «Уверенность в себе». Тренируем уверенность в себе. Тема 2: Умение сказать «нет». Практическое занятие.	2 часа
17	Воля.	Тема 1: Понятие «воля». Базовые волевые свойства: целеустремленность, решительность, смелость, выдержанность, самообладание, упорство. Тема 2: Волевая самореализация: самоприказ, саморазъяснение, самокритика, самообсуждение. Практическое занятие.	2 часа
18	Выбор профессии	Тема 1: Интересы, склонности, способности и их роль при выборе профессии. Тема 2: Профессиональный успех: Понятие «Профессиональное самоопределение, специальность, должность, квалификация». Отличие профессии от других видов деятельности. Практическое занятие «Знакомство с миром профессий».	2 часа
19	Психология успеха	Тема 1: Успех и целеполагание. Изучение правил постановки целей. Практическое занятие: Диагностика потребности в достижении успеха. Тема 2: Что помогает достижению успеха? Осознание своих возможностей по достижении целей. Что мешает достижению успеха? Осознание собственных барьеров на пути к	2 часа

		достижению успеха. Планирование достижений. Выработка навыка четкого представления о возможных шагах по реализации цели. Стратегии достижения успеха. Знакомство с восточной и западными стратегиями достижения успеха. Особенности и отличия.	
34	Итоговое занятие		1 час
ВСЕГО			34 часа

Список литературы:

1. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. М., 1999.
2. Бодалев А.А., Столин В.В. Общая психодиагностика. М., 1987.
3. Большаков В.Ю. Психотренинг. Социодинамика. Упражнения. Игры. М., 1994.
4. Барбара и Алан Пиз «Почему мужчины врут, а женщины ревут», М., 2007 г
5. Вачков В.И. Основы технологии группового тренинга. М., 1999.
6. Жуков Ю.М., Петровская Л.А., Растяников П.В. Диагностика и развитие компетентности в общении. М., 1990.
7. Зимбардо Ф. Застенчивость. Спб., 1996.
8. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. М., 1996.
9. Петровская Л.А. Компетентность в общении. М., 1996.
10. Чистякова М. Психогимнастика. М., 1995.
11. Ефимова Н.С. Психология общения. М., 2006.