

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа № 16  
города Невинномысска

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Факультативный курс «Основы педагогики и психологии»

8 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 8 классов.

Продолжительность курса – 1 год.

Количество занятий – 2 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 68 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 научить 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              | <b>Тема 1:</b> Что изучает психология?<br>Что такое психика? Для чего необходимы знания психологии?<br>Знания психологии для себя, в семейных отношениях, в общении с людьми.                                                                                           | 1 час  |
| 2 | Ощущение и восприятие | <b>Тема 1:</b> Введение понятия «ощущение», «восприятие». Пороги ощущений.<br>Чувствительность.<br><b>Тема 2:</b> Адаптация. Развитие чувствительности.<br><b>Тема 3:</b> Восприятие. Восприятие и прошлый опыт человека. Избирательность человека.<br>Виды восприятия. | 3 час  |
| 3 | Память                | <b>Тема 1:</b> Введение понятия «память», виды памяти. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение.<br><b>Тема 2:</b> Индивидуальные особенности памяти.                                                                                                  | 2 часа |
| 4 | Мышление              | <b>Тема 1:</b> Мышление. Виды мышления: конкретно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое.<br><b>Тема 2:</b> Творческое мышление.                                                                                                                           | 2 часа |
| 5 | Внимание              | <b>Тема 1:</b> Введение понятия «внимание», непроизвольное и произвольное внимание.<br><b>Тема 2:</b> Основные свойства внимания. Концентрация. Объем. Переключение. Устойчивость.<br><b>Тема 3:</b> Управление вниманием.                                              | 3 часа |
| 6 | Темперамент.          | <b>Тема 1:</b> Понятие «темперамент». Свойство нервной системы и типы темперамента: холерический, сангвистический, флегматический, меланхолический.<br><b>Тема 2:</b> Какой у меня темперамент (практикум). Методика изучения темперамента.                             | 2 часа |
| 7 | Способности           | <b>Тема:</b> Способности, виды способностей: общие, специальные. Степени развития способностей.<br><b>Тема 2:</b> Изучение направленности способностей, уровня их развития.                                                                                             | 2 часа |

|    |                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |         |
|----|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 8  | Эмоции                   | <p><b>Тема 1:</b> Понятие об эмоциях. Классификация эмоций.</p> <p><b>Тема 2:</b> Внешнее выражение эмоций и поведение. Мимика. Жесты.</p> <p><b>Тема 3:</b> «Эмоциональный ли я человек?»</p> <p>Практикум. Методика изучения эмоций.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 3 часа  |
| 9  | Чувства                  | <p><b>Тема 1:</b> Понятие «чувства». Злость. Обида. Зависть и ревность.</p> <p><b>Тема 2:</b> Вина и стыд. Страх и тревога.</p> <p><b>Тема 3:</b> Любовь и влюбленность.</p> <p><b>Тема 4:</b> Мужчина и женщина.</p> <p><b>Тема 5:</b> Чувствительность. Практикум. Методика распознавания чувств.</p>                                                                                                                                                                                                                                                    | 5 часов |
| 10 | Психические состояния    | <p><b>Тема 1:</b> Психические состояния, особенности, классификация</p> <p><b>Тема 2:</b> Утомление и стресс.</p> <p><b>Тема 3:</b> Практическое занятие «Подвержен ли я стрессу?»</p> <p><b>Тема 3:</b> Фрустрация</p> <p><b>Тема 4:</b> Настроение. Саморегуляция настроения.</p> <p><b>Тема 5:</b> Практическое занятие «Управляй своим настроением».</p>                                                                                                                                                                                               | 5 час   |
| 11 | Я-концепция и самооценка | <p><b>Тема 1:</b> Я-концепция.</p> <p><b>Тема 2:</b> Самооценка. Виды самооценки.</p> <p><b>Тема 3:</b> Практическое занятие «Что я знаю о себе?»</p> <p><b>Тема 4:</b> Практическое занятие «Мое уникальное «Я».</p> <p><b>Тема 5:</b> Практическое занятие «Кто ты? Я-глазами других».</p> <p><b>Тема 6:</b> Практическое занятие «Имя мое»</p> <p><b>Тема 7:</b> Практическое занятие «Мои достоинства и недостатки».</p> <p><b>Тема 8:</b> Практическое занятие «Мои ценности».</p> <p><b>Тема 8:</b> Практическое занятие «Я в бумажном зеркале».</p> | 8 часов |
| 12 | Характер                 | <p><b>Тема 1:</b> Понятие «характер». Структура характера. Признаки характера.</p> <p><b>Тема 2:</b> «Какой у меня характер?».</p> <p>Методики изучения характера, индивидуальные особенности личности.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2 часа  |

|    |                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |         |
|----|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
| 13 | Общение.                 | <p><b>Тема 1:</b> Понятие «Общение». Виды общения. Общение и его функции.</p> <p><b>Тема 2:</b> Коммуникация. Интеракция. Перцепция.</p> <p><b>Тема 3:</b> Умение слушать и вести беседу.</p> <p><b>Тема 4:</b> Практическое занятие.</p> <p><b>Тема 5:</b> Общение и индивидуальные особенности человека</p> <p><b>Тема 6:</b> Практическое занятие.</p> | 6 часов |
| 14 | Коммуникативная культура | <p><b>Тема 1:</b> Искусство договариваться.</p> <p><b>Тема 2:</b> Чувство собственного достоинства. Самоценность.</p> <p><b>Тема 3:</b> Правила культуры общения.</p> <p><b>Тема 4:</b> Практическое занятие.</p> <p><b>Тема 5:</b> Умение выступать публично.</p>                                                                                        | 5 часов |
| 15 | Конфликтология           | <p><b>Тема 1:</b> Понятие «Конфликт», «спор», «дискуссия».</p> <p><b>Тема 2:</b> Изучение правил ведения спора, причин, видов и стадий протекания конфликтов.</p> <p><b>Тема 3:</b> Стратегия поведения в конфликтной ситуации.</p> <p><b>Тема 4:</b> Способы урегулирования и профилактика конфликтов.</p> <p><b>Тема 5:</b> Практическое занятие.</p>   | 5 часов |
| 16 | Уверенность в себе       | <p><b>Тема 1:</b> Понятие «Уверенность в себе».</p> <p><b>Тема 2:</b> Тренируем уверенность в себе.</p> <p><b>Тема 3:</b> Умение сказать «нет».</p> <p><b>Тема 4:</b> Практическое занятие.</p>                                                                                                                                                           | 4 часа  |
| 17 | Воля.                    | <p><b>Тема 1:</b> Понятие «воля». Базовые волевые свойства: целеустремленность, решительность, смелость, выдержанность, самообладание, упорство.</p> <p><b>Тема 2:</b> Волевая самореализация: самоприказ, саморазъяснение, самокритика, самообсуждение.</p> <p><b>Тема 3:</b> Практическое занятие.</p>                                                  | 3 часа  |
| 18 | Выбор профессии          | <p><b>Тема 1:</b> Интересы, склонности, способности и их роль при выборе профессии.</p> <p><b>Тема 2:</b> Профессиональный успех: Понятие «Профессиональное самоопределение, специальность, должность, квалификация».</p> <p>Отличие профессии от других видов</p>                                                                                        | 3 часа  |

|       |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |          |
|-------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
|       |                   | <p>деятельности.</p> <p><b>Тема 3:</b> Практическое занятие «Знакомство с миром профессий».</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |          |
| 19    | Психология успеха | <p><b>Тема 1:</b> Успех и целеполагание. Изучение правил постановки целей.</p> <p>Практическое занятие: Диагностика потребности в достижении успеха.</p> <p><b>Тема 2:</b> Что помогает достижению успеха? Осознание своих возможностей по достижении целей.</p> <p>Что мешает достижению успеха? Осознание собственных барьеров на пути к достижению успеха.</p> <p>Планирование достижений. Выработка навыка четкого представления о возможных шагах по реализации цели.</p> <p><b>Тема 3:</b> Стратегии достижения успеха. Знакомство с восточной и западными стратегиями достижения успеха.</p> <p>Особенности и отличия.</p> | 3 часа   |
| 34    | Итоговое занятие  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 1 час    |
| ВСЕГО |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 68 часов |

### 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.