

МКОУ «Карланиуртовская СОШ имени А.Д.Шихалиева»



Утверждаю
Зам. директора по УВР
Мичигинцева З.А
30.08.2024г

Рабочая программа элективного курса «Психология»

Всего часов на учебный год 34 часа Количество часов в неделю -1 час в 11 классе
Педагог-психолог:Алхазова Б.М

2024-2025 учебный год

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа элективного курса («Психология») составлена на основе федерального компонента государственного образовательного стандарта базового уровня общего образования, утверждённого приказом МО РФ № 1312 от 09.03.2004 года.

Программа курса «Психология для старшеклассников» рассчитана на два года обучения. Данная программа предполагает ведение занятий по психологии в 10-11 классах средних общеобразовательных учреждений, включает в себя два блока «Основы психологии в школе» (10 класс) и «Психология общения» (11 класс).

Программа 11 класса рассчитана на 34 часа.

Преподавание курса психологии в средних общеобразовательных учреждениях является актуальной и важной задачей образования. Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, способность к рефлексии и самосовершенствованию, умение строить отношения с окружающими – все это необходимо для развития успешной личности. Введение психологии, как учебного предмета обусловлено тем, что в современной школе отсутствует такой курс, где учащийся смог бы получить знания о самом себе, других людях, о том, каковы мотивы поступков человека и каковы его потенциальные способности.

Цель курса: формирование гуманистического мировоззрения и психологической культуры учащихся.

Задачи курса:

- Формирование психологических знаний;
- Выработка собственной личностной позиции;
- Развитие способностей к критической переработке информации;
- Осознание особенностей человеческой психики и социального поведения;
- Выработка собственной личностной позиции;
- Развитие умений конструктивно решать конфликты;
- Осознание возможности и необходимости быть субъектом общественной жизни;
- Развитие способностей конструктивно строить взаимоотношения с окружающими;
- Воспитание уверенности в себе, чувства собственного достоинства.

Методическая особенность курса – проблемность обучения (за счет привлечения учащихся к обсуждению проблем личного и общего характера).

Форма ведения занятий разнообразная. В зависимости от целей и задач могут применяться такие методы, как свободная или директивная дискуссия, эвристическая беседа, ролевое обучение и т.д.

В программе курса больше времени отводится на активные формы работы, в связи с тем, что одной из главных задач курса является формирование устойчивых навыков конструктивного общения, развитии социальной компетентности. Психотехнические

игры, элементы психологического тренинга, разыгрывание ситуаций и ролевые игры позволяют учащимся получить «обратную связь», сформировать навыки анализа интересов, чувств, мотивов партнеров по общению, а также навыки конструктивного ведения диалога.

Программа предполагает 7 разделов, такие как «Структура, функции и средства общения», «Конструктивное преодоление конфликтов», «Психология семейных отношений», «Деловое общение», «Профориентация».

Насыщенный объем учебного материала направлен на компенсацию отсутствия учебников и хрестоматий. Дополнительный материал можно предложить заинтересованным учащимся для подготовки рефератов, презентаций, творческих проектов.

Контроль знаний проводится по системе зачетов и контрольных тестов, на основе подбора вопросов после изучения каждого раздела.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

11 класс				
1.	Структура, функции и средства общения.	7	2	зачёт
2.	Условия и технологии эффективной коммуникации.	6	1	Проверочная работа
3.	Конструктивное преодоление конфликтов	1	1	Контрольный тест
4.	Психология семейных отношений	4	0	
5.	Психология малых групп и коллективов	4	0	
6.	Деловое общение	4	0	
7.	Профориентация	3	1	зачёт

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

11 класс

Раздел 1. Структура, функции и средства общения (9 ч.)

1-2. Введение. Общение. Структура и средства общения. Знакомство с задачами курса «Психология общения».

3- 5. Невербальные средства общения. Речевые средства общения.

Роль невербальных средств в передаче информации. Мимика. Интонация. Форма изложения.

6. Позиции в общении. Теория Э. Берна об эго-состояниях личности. Схема Томаса А. Харриса.

7. Стили общения. Виды общения. Этикет.

8. Манипулирование. Причины манипулирования. Типы манипулятивных систем.

9. Урок - дискуссия "Что мешает открытому общению?"

Раздел 2. Условия и технологии эффективной коммуникации (7 ч.)

10. Механизмы межличностного восприятия. Основные феномены межличностного восприятия. Ошибки превосходства и привлекательности.

11. Психологические защиты. Механизмы психологических защит.

12. Барьеры в общении. Что мешает полноценному общению. Стереотипизация.

13. Конструктивное общение. Контроль эмоций. Трудности и барьеры, возникающие в повседневном общении.

14. Активное и пассивное слушание. Процесс слушания. Виды слушания.

15-16. Приемы расположения к себе. Самопрезентация. Приёмы расположения к себе. Compliments. Похвала и поддержка.

Раздел 3. Конструктивное преодоление конфликтов (2 ч.)

17-18. Конфликт. Стили разрешения конфликтов. Понятие «конфликт». Стили разрешения конфликтов.

19. Управление конфликтами. Динамика конфликта. Конструктивное разрешение конфликта. Контроль эмоций.

Раздел 4. Психология семейных отношений (4 ч.)

20. Психологические аспекты семейных отношений. Проблемы на ранних этапах существования семьи.

21-23. Функции семьи. Значение гармоничных отношений в браке.

Детско-родительские отношения. Стили семейного воспитания

Раздел 5. Психология малых групп (4 ч.)

24. Коллектив и личность. Роль процесса социализации в развитии личности. Виды групп. Этапы формирования коллектива.

25. Лидерство. Психологические качества лидера. Типы лидеров. Стили управления.

26-27. Социально -психологические особенности взаимодействия в малой группе. Конформизм. Групповые нормы. Факторы, влияющие на уровень конформности.

28. Развитие навыков уверенного отказа. Право на отказ. Приёмы противостоянию давления.

Раздел 6. Деловое общение (4 ч.)

29-30. Деловая беседа. Функции деловой беседы. Фазы беседы. Как воспринимать критику.

31. Психологические особенности публичного выступления. Неречевые компоненты публичного выступления. Контроль эмоций.

32. Экзамен психологические аспекты. Стратегии построения работы на экзамене. Приёмы самонастройки и аутотренинга.

Раздел 7. Профориентация (4 ч.)

32. Профессиональное самоопределение. Профориентационная игра «Кто есть кто?»

33. Проектирование профессионального жизненного пути. Выбор профессии. Условия выбора профессии. Ошибки при выборе профессии.

34. Зачётный урок.

35. Закрепление, обобщение.

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ

Благодаря стройной системе психологических уроков в сознании учащихся закладывается жизненно важная установка: «Сила человека находится в нем самом: в его разуме, воле, решимости, творческом системном мышлении, способном к организации себя и окружающих». Немаловажную роль играют уроки психологии в укреплении общего психологического здоровья детей, снятии стрессов, формировании нравственной культуры, цивилизованных норм и правил поведения.

Учебно-познавательные умения:

- Умение составить план ответа;
- Участвовать в дискуссии, вести полемику;
- Высказывать свое мнение, задавать уточняющие вопросы;
- Умение доказывать;
- Пользоваться научным языком;
- Моделировать.

Логические общеучебные умения и навыки

- Определение причинно-следственной зависимости;
- Установление существенных и несущественных свойств объектов (понятий);

- Приведение контраргументов для неверных утверждений;
- Формулирование выводов по результатам анализа.

Умения и навыки организации учебного процесса

- Умения планировать, контролировать и оценивать учебную работу;
- Самооценка уровня овладения учебным материалом;
- Формулирование главной мысли, содержащейся в тексте;
- Умение пользоваться предметным и именным указателями, оглавлениями.

Культура устной и письменной речи

- Выступление с докладом на заданную тему;
- Рецензирование текста или выступления;
- Составление конспекта прочитанного текста или прослушанного выступления, лекции, доклада;
- Составление реферата на определенную тему по нескольким литературным источникам;
- Умение общаться и находить общий язык с окружающими;
- Формировать собственную оценку.

Специальные умения и навыки

- Распознавания эмоционального состояния людей;
- Использование в общении различных речевых средств;
- Анализ проявления психологических защит в поведении человека;
- Преодоления барьеров в общении;
- Конструктивно реагировать на негативные эмоции партнеров;
- Умение строить отношения с окружающими;
- Умение быть толерантным;
- Способность к рефлексии и самосовершенствованию;
- Выработка собственной личностной позиции;
- Способность конструктивно строить взаимоотношения с окружающими;
- Осознание возможности и необходимости быть субъектом общественной жизни.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

11 КЛАСС

№	Наименование раздела программы – Тема урока	Дата			Элементы содержания	Требования к уровню подготовки учащихся	Вид контроля
		план	факт				
	Раздел 1 Структура, функции и средства общения.						
1	Общение. Структура и средства общения.	03.09			Решение проблем общения.		
2	Невербальные средства общения.	10.09			Межличностное пространство, невербальные сигналы.		
3	Невербальные средства общения.	17.09					
4	Речевые средства общения.	24.09			Развитие навыков распознавания эмоций людей по интонации.	Использование в общении различных речевых средств	
5	Позиции в общении.	01.10			Эго-состояния личности, схема Томаса А. Харриса.	Приведение контраргументов для неверных утверждений	
6	Стили общения	8.10			Эффективность стилей общения, правила этикета.		
7	Манипулирование.	15.10			Приемы манипуляции, противостояние		
8	Урок-дискуссия «Что мешает открытому общению?»	22.10			Игра. Роли в общении.	Участвовать в дискуссии, вести полемику;	Практикум
9	Обобщающий урок	29.10					Зачет

	Раздел 2. Условия и технологии эффективной коммуникации.					
10	Механизмы межличностного восприятия.	12.11		Эффекты ореола, ошибки атрибуции.	Умение строить отношения с окружающими	
11	Психологические защиты.	19.11		Развитие навыков распознавания и анализа защитных механизмов.	Анализ проявления психологических защит в поведении человека	
12	Барьеры в общении.	26.11		Развитие навыков преодоления барьеров.	Умение строить отношения с окружающими	Проверочная работа
13	Конструктивное общение. Контроль эмоций.	03.12		Приемы управления своими эмоциями, реагирование на негатив.	Приведение контраргументов для неверных утверждений	
14	Активное и пассивное слушание.	10.12		Навыки эмпатического слушания.	Способность конструктивно строить взаимоотношения с окружающими	
15	Приемы расположения к себе.	17.12		Функции и конструкции комплиментов.	Умение строить отношения с окружающими	
16	Самопрезентация.	24.12		Эффект самопрезентации	Самооценка уровня овладения учебным материалом	
	Раздел 3 Конструктивное преодоление конфликтов.					
17	Конфликт. Стили разрешения конфликтов.	14.01 21.01		Выявление собственного стиля поведения.	Формулирование выводов по результатам анализа.	

18	Управление конфликтом.	28.01		Динамика конфликта, способы конструктивного поведения.	Приведение контраргументов для неверных утверждений	Контрольный тест
	Раздел 4 Психология семейных отношений.					
19	Психологические аспекты семейных отношений.	04.02		Проблемы на ранних этапах возникновения семьи, методы разрешения семейных конфликтов.	Умение строить отношения с окружающими	
20	Функции семьи Стили семейного воспитания.	11.02 18.02		Стили гармоничного и негармоничного воспитания, понимание собственных ожиданий от брака.	Высказывать свое мнение, задавать уточняющие вопросы	
21	Интимные отношения.	25.02		Повышение уровня культуры в сфере интимных отношений.	Высказывать свое мнение, задавать уточняющие вопросы	
	Раздел 5 Психология малых групп и коллективов.					
22	Коллектив и личность.	04.03		Малые группы, распределение ролей в коллективе.	Умение строить отношения с окружающими	
23	Лидерство.	11.03		Стили управления коллективом, качества лидера.		
24	Социально-психологические особенности взаимодействия людей в малой группе. Конформизм.	18.03		Понятие «групповые нормы», «конформизм» феномен группового давления.	Формулирование выводов по результатам анализа.	
25	Развитие навыков уверенного отказа.	01.04		Развитие способности противостоять давлению	Использование в общении различных	

				сверстников.	речевых средств	
26	Обобщение	08.04				
	Раздел 6 Деловое общение.					
27	Деловая беседа	15.04		Фазы беседы, тактика и стиль ведения беседы.	Приведение контраргументов для неверных утверждений	
28	Деловая беседа	22.04				
29	Психологические особенности публичного выступления.	18.04		Компоненты и стратегия публичного выступления. Контроль эмоций.	Рецензирование выступления	
30	Экзамен. Психологические аспекты.	29.04		Приемы успешного построения ответа, преодоление волнения.	Формировать собственную оценку	
	Раздел 7. Профориентация.					
31	Профессиональное самоопределение.	06.05		Профессиональные интересы и склонности.	Формировать собственную оценку	
32	Проектирование профессионального жизненного пути.	13.05		Навыки использования алгоритма принятия решений.	Формировать собственную оценку	
33	Зачетный урок	20.05				Зачет
34	Закрепление, обобщение.	23.05			Высказывать свое мнение, задавать уточняющие вопросы	
	Всего	34 часов				

11 КЛАСС

Диагностический инструментарий

Раздел 1. Структура, функции и средства общения.

1. Тест «КОС» Методика изучения коммуникативных и организаторских умений.
2. Д. Коновалов. Тест «Понимаете ли вы язык жестов?» (Жариков Е, Крушельницкий Е. «Для тебя и о тебе»).
3. Тест «Три Я»
4. 12 рекомендаций Дейла Карнеги. Тест «Манипулятор» (А. С. Прутченков Наедине с собой.)

Раздел 2. Условия и технологии эффективной коммуникации

1. Упражнение «Безоценочное общение». Ролевая игра «Нейтрализация негативных эмоций».
2. Тест «Умеете ли вы слушать»
3. Упражнения «Комплимент», «Самопрезентация».

Раздел 3. Конструктивное преодоление конфликтов

1. Тест К. Томаса «Стили разрешения конфликтов»
2. Упражнение «Разногласие».

Раздел 4. Психология семейных отношений.

1. Упражнение «Неприятность на работе»
2. Методика «РОП» (Ролевые ожидания и притязания в браке. Психологическая помощь и консультирование в практической психологии под. ред. М. К. Тутушкиной)

Раздел 5. Психология малых групп.

1. Тест на выявление ценностно-ориентационного единства класса (ЦОЕ). Фридман Л. М.
2. Упражнение «Предвыборная программа»
3. Тест «Поддаётесь ли вы чужому мнению».
4. Упражнение «Умей сказать «нет!»

Раздел 6. Деловое общение.

1. Ролевая игра «Приём на работу»
2. Тест Голланда «Профессиональные предпочтения» и другие профориентационные тесты.
3. Опросник на выявление профессиональных склонностей «ДДО».

11 класс

«Контрольные вопросы к разделу

«Условия и технологии эффективной коммуникации»:

1. Какова роль первого впечатления?
2. Что такое «эффект ореола»?
3. Охарактеризуйте основные ошибки межличностного восприятия?
4. Что такое казуальная атрибуция?
5. Какова роль установки в межличностном пространстве?
6. Что такое психологические защитные механизмы?
7. Какие существуют общие характеристики защитных механизмов?
8. Как могут влиять психологические защиты на поведение человека?
9. Что такое барьеры общения?
10. Приведите примеры влияния на общение различных видов барьеров?
11. Насколько высока роль стереотипизации в общении?
12. Почему желательно использования безоценочные суждения.
13. Что такое саботажники общения? Приведите примеры.
14. Приведите примеры приемов снижения эмоциональной напряженности в «накаленной ситуации».
15. Как можно управлять своими эмоциями и чувствами?
16. Какие существуют техники конструктивного выражения собственных негативных эмоций?
17. В чем заключаются преимущества конструктивного общения?
18. Что такое активное слушание?
19. В каких случаях наиболее эффективно пассивное слушание?
20. Что такое эмпатия?
21. Какие существуют правила эмпатического слушания?
22. Что вы знаете о направленности комплиментов?
23. Правила подачи комплиментов.
24. Чем отличается похвала от поддержки?
25. Что такое самопрезентация?
26. Какие эффекты межличностного восприятия и факторы могут использоваться для эффективной самопрезентации?

Определение психологических защит:

1. Об оскорблении, которое было нанесено близким человеком (мужем), жена старается забыть, чтобы сохранить нормальные отношения.
2. Мать – не очень аккуратная хозяйка – упрекает дочь в том, что та вечно разбрасывает вещи и не убирает в доме.
3. Поговорка «Вор каждого подозревает».
4. Человек, страдающий от ужасающих личных неудач, может стать неспособным рассказать об этом своем тяжелом жизненном опыте
5. Ребенок, которого только что наказали родители, подходит к шкафу и ломает игрушки младшей сестры.
6. Ученик, который получил «2», как он считает несправедливо, выходит из школы и пинает сидевшего у крыльца щенка.
7. Начальник критикует сотрудницу, и дома она реагирует вспышками ярости на незначительные провокации со стороны мужа и сына.
8. Реакция больного после того, как врач сообщает ему о смертельной болезни: «Это неправда! Со мной такого не могло случиться!»,

9. Юноша не верит тому, что рассказывают ему об измене его девушки с его лучшим другом.
10. Езда в автомобиле с безрассудно высокой скоростью.
11. Реакция на обиду – «надуться и не разговаривать».
12. Женщина с сильными неосознаваемыми садистическими наклонностями начинает писать детективные романы.

Ответы:

1. Вытеснение – 1, 4.
2. Проекция – 2, 3.
3. Замещение – 5, 6, 7.
4. Отрицание – 8, 9.
5. Регрессия – 10, 11.
6. Сублимация – 12.

Задания по теме «Конфликты»

Опишите стили разрешения конфликтов

В.1 Стил ь Сотрудничества

Стил ь Уклонения

В.2 Стил ь Приспособления

Стил ь Компромисса

В.3 Стил ь Конкуренции

Стил ь Уклонения