## Пояснительная записка

В соответствии с учебным планом муниципального автономного общеобразовательного учреждения школа информационных технологий №26 г. Липецка на изучение элективного курса «Основы психологии» в 10 классе отводится 34 часа (в неделю 1 час). Данный элективный курс предусмотрен для классов психолого-педагогической направленности.

Обучение в старшей школе предполагает не только обучение школьников общеобразовательным предметам, в том числе и на углубленном уровне, а в большей мере предназначено для создания возможности профессиональных проб и осознанного выбора образовательного маршрута в будущем.

Актуальность данного курса определяется тем, что изучение основ психологии позволит школьникам ближе познакомиться с основами профессий психолого-педагогической направленности, а также предоставит возможность в процессе осуществления практических работ изучить собственные возможности.

Цель элективного курса: углубление, расширение и систематизация знаний в области психологии, как условие успешного профессионального самоопределения школьников.

Задачи:

* расширение знания в области психофизиологии и психологии человека;
* формирование у выпускника понимания своей индивидуальности, развитие эмоционального интеллекта;
* развитие навыков самопознания и самоанализа;
* формирование позитивного имиджа профессий психолого-педагогической направленности, профессиональное самоопределение.

В процессе изучения элективного курса происходит чередование теоретического материала и практических работ, необходимых для отработки навыков самоанализа, анализа и наблюдения.

Содержание программы включает в себя три раздела. Первый раздел «Общая характеристика психологии как науки» поможет школьникам оценить практическое значение и осознать стоящие перед наукой психологии предметные задачи. В данном разделе предусмотрено знакомство с основными методами психологии и практическое апробирование применения объективных и описательных методов для самоанализа и изучения социальной группы классного коллектива.

Второй раздел программы «Психические процессы» позволяет познакомить школьников с основными познавательными процессами на основе знаний о высшей нервной деятельности. В процессе изучения данного раздела происходит не только изучение основных характеристик высших психических функций (ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение), но и предоставляется возможность ученику осуществить практические работы, направленные на оценку собственных психических процессов. Таким образом, подростки учатся находить собственные сильные стороны, оценивать психологические явления с точки зрения современной психофизиологии, рационально строить свой режим труда и отдыха, находить возможности личностного рост и саморазвития.

Раздел «Психические свойства личности» предназначен для логичного завершения изучения курса «Основы психологии». Основываясь на знаниях, полученных на уроках биологии и обществознания, учащиеся переносят такие понятия как «личность», «мотивация», «способности», «темперамент», «характер» из сферы условно теоретических знаний в практическую действительность. Представленные в данном разделе практические работы помогут старшеклассникам оценить перспективы собственного развития и самореализации в различных сферах жизни, будут способствовать осознанному выбору профессиональной и образовательной траектории.

## Планируемые результаты

## *Личностные результаты*

* В сфере отношений обучающихся к себе, к своему здоровью, к познанию себя:

-ориентация обучающихся на достижение личного счастья, реализацию позитивных жизненных перспектив, инициативность, креативность, готовность и способность к личностному самоопределению, способность ставить цели и строить жизненные планы;

-готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества, потребность в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

-принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, бережное, ответственное и компетентное отношение к собственному физическому и психологическому здоровью;

-неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков.

* В сфере отношений обучающихся к России как к Родине (Отечеству):

-уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение к государственным символам (герб, флаг, гимн);

* В сфере отношений обучающихся к закону, государству и к гражданскому обществу:

-мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики, основанное на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;

-готовность обучающихся противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии; коррупции; дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям.

* В сфере отношений обучающихся с окружающими людьми:

-принятие гуманистических ценностей, осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению;

-способность к сопереживанию и формирование позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам;

-бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью других людей, умение оказывать первую помощь;

* В сфере отношений обучающихся к окружающему миру, живой природе, художественной культуре:

-мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки, значимости науки, готовность к научно-техническому творчеству, владение достоверной информацией о передовых достижениях и открытиях мировой и отечественной науки, заинтересованность в научных знаниях об устройстве мира и общества;

-готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

* В сфере отношений обучающихся к семье и родителям, в том числе подготовка к семейной жизни:

-ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни;

* В сфере отношения обучающихся к труду, в сфере социально-экономических отношений:

-осознанный выбор будущей профессии как путь и способ реализации собственных жизненных планов;

-готовность обучающихся к трудовой профессиональной деятельности как к возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

* В сфере физического, психологического, социального и академического благополучия обучающихся:

-физическое, эмоционально-психологическое, социальное благополучие обучающихся в жизни образовательной организации, ощущение детьми безопасности и психологического комфорта, информационной безопасности.

***Метапредметные результаты***

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы представлены тремя группами универсальных учебных действий (УУД).

1. Регулятивные универсальные учебные действия. Учащийся научится:

-самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;

-оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;

-ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

-оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;

-выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;

-организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;

-сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

2. Познавательные универсальные учебные действия. Учащийся научится:

-искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;

-критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;

-использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;

-находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;

-выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;

-выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;

-менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

3. Коммуникативные универсальные учебные действия. Учащийся научится:

-осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми, подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;

-при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);

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

-развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;

-распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

***Предметные результаты:***

-освоенные обучающимися в ходе изучения элективного курса «Основы психологии» знаний и умений, специфических для данной предметной области и связанных с пониманием особенностей человеческой психики и социального поведения;

-сформированность представлений о современной психологической науке и ее методах познания, а также о системе отраслей психологии и основных вопросах и проблемах, рассматриваемых в каждой из них;

-сформированность умений применять психологические знания в познавательной, регулятивной и коммуникативной деятельности;

-владение навыками самоанализа и самооценки на основе наблюдений за собственным поведением и межличностными взаимодействиями;

-умение сформулировать и аргументировать собственную точку зрения по тем или иным психологическим проблемам, различным аспектам социального поведения людей и их социально-психологического взаимодействия.

## 2. Содержание программы

**Раздел 1.** Общая характеристика психологии как науки (4 часа)

Предмет изучения психологии, ее задачи. Отрасли психологии. Методологические основы психологии. Основные методы психологических исследований. Объективные методы. Описательные методы.

*Практическая работа*

1. Методы психологии

**Раздел 2.** Психические процессы (18 часов)

2.1 Высшая нервная деятельность (2 часа)

Высшая нервная деятельность. Особенности высшей нервной деятельности человека.

2.2 Познавательные процессы (12 часов)

Ощущение. Общие понятия об ощущении. Виды и свойства ощущений. Сенсорная адаптация и взаимодействие ощущений.

Восприятие. Общее понятие о восприятии. Основные характеристики восприятия.

Внимание. Понятие внимания. Свойства внимания. Виды и функции внимания.

Память. Общая характеристика памяти. Свойства и виды памяти. Процессы памяти. Приемы рационального заучивания.

Мышление и речь. Мышление и его формирование. Типология мышления. Способы активизации мышления.

Воображение. Сущность воображения. Виды воображения.

Воображение и творчество.

*Практические работы:*

1.Ощущение. Восприятие. Иллюзии восприятия.

2. Внимание. Устойчивость внимания.

3.Память. Индивидуальные особенности памяти.

4.Способности. Творческий потенциал.

2.3 Эмоционально-волевые процессы (4 часа)

Общее представление о воле. Развитие и восприятие воли. Воля и принятие решений в неопределенной ситуации.

Эмоции и чувства. Функции эмоций. Чувство любви – основа брака и семьи.

*Практическая работа*

1.Проективные методики при оценки эмоциональных состояний.

**Раздел 3.** Психические свойства личности (12 часов)

Личность. Общее понятие о личности. Понятие «Я-образ» и проблема формирования самооценки.

Мотивация. Понятия мотивации, потребности, мотива. Функции, характеристики и виды мотивов. Мотивация и личность.

Способности. Понятие способностей. Общие и специальные способности. Уровни развития способностей: одаренность, талант, гениальность

Темперамент. Понятие темперамента. Характеристика типов темперамента. Проявление темперамента в деятельности.

Характер. Понятие характера. Типология характеров. Черты характера и отношения личности. Формирование характера.

*Практические работы:*

1. Самооценка.
2. Диагностика мотиваций
3. Темперамент. Изучение своего типа темперамента.
4. **Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел | Кол.  часов | Темы | Кол.  часов | Основные виды деятельности обучающихся на уровне универсальных учебных действий |
| **1.Общая**  **характеристика психологии как науки** | **4** | -Предмет изучения психологии, ее задачи. Отрасли психологии.  -Методологические основы психологии. Основные методы психологических исследований.  -Объективные методы. Описательные методы.  -П.р.№1 «Методы психологии» | 1  1  1  1 | Определять предмет и методы психологии, как науки.  Оценивать вклад отечественных ученых в развитие психологии, как науки Уметь применять в практической деятельности основные методы психологии.  Применять полученные знания в ходе выполнения практической работы |
| **2.Психические процессы**  2.1 Высшая нервная деятельность  2.2 Познавательные процессы  2.3 Эмоциональноволевые процессы | **18**  2  12  4 | -Высшая нервная деятельность.  -Особенности высшей нервной деятельности человека.  -Ощущение. Общие понятия об ощущении. Виды и свойства ощущений.  -Сенсорная адаптация и взаимодействие ощущений.  -Восприятие. Общее понятие о восприятии.  -Основные характеристики восприятия. П.р.№2 «Ощущение. Восприятие.  Иллюзии восприятия.»  -Внимание. Понятие внимания. Свойства внимания.  -Виды и функции внимания. П.р.№3 «Внимание. Устойчивость внимания.»  -Память. Общая характеристика памяти. Свойства и виды памяти.  -Процессы памяти. Приемы рационального заучивания. П.р.№ 4 -«Память. Индивидуальные особенности памяти.»  -Мышление и речь. Мышление и его формирование.  -Типология мышления. Способы активизации мышления.  -Воображение. Сущность воображения. Виды воображения.  Воображение и творчество. П.р.№ 5 «Способности. Творческий потенциал»  -Общее представление о воле. Развитие и восприятие воли.  -Воля и принятие решений в неопределенной ситуации.  -Эмоции и чувства. Функции эмоций. Чувство любви – основа брака и семьи.  -П.р.№ 6 «Проективные методики при оценки эмоциональных состояний» | 1  1  1  1  1  1  1  1  1  1  1  1  1  1  1  1  1  1 | Обосновывать вклад отечественных учёных в области изучения высшей нервной деятельности.  Описывать положения рефлекторной теории, явления взаимной индукции, доминанты.  Выявлять особенности высшей нервной деятельности человека.  Описывать и сравнивать первую и вторую сигнальные системы, подсознательные и бессознательные процессы, сознательную деятельность человека с рассудочной деятельностью животных. Знать и уметь устанавливать закономерности восприятия, устойчивости внимания, выработки навыков Описывать виды мышления, стадии творческого мышления, процесс воображения.  Объяснять особенности функциональной асимметрии головного мозга. Выявлять особенности мышления у человека и высших животных. Называть виды речи, определять её сущность, связь речи и языка как знаковой системы.  Описывать особенности развития у детей внешней и внутренней речи. Обосновывать врождённую способность человека к освоению речи  Называть виды памяти, определять её сущность.  Описывать особенности и значение разных видов памяти.  Обосновывать необходимость развития всех видов памяти  Применять знания в ходе выполнения практических работ.  Определять понятие воли и значение волевой регуляции в жизни человека. Называть и описывать виды эмоций, типы эмоциональных состояний человека. Обосновывать значение положительных эмоций для здоровья человека. Выявлять характерные особенности разных типов эмоционального состояния. Объяснять важность умения управлять собственным эмоциональным состоянием.  Применять знания в ходе выполнения практических работ. |
| **3. Психические свойства личности** | **12** | -Личность. Общее понятие о личности.  -Понятие «Я-образ» и проблема формирования самооценки.  - П.р. № 7 «Самооценка»  -Мотивация. Понятия мотивации,  потребности, мотива  -Функции, характеристики и виды мотивов. Мотивация и личность.  П.р. № 8 «Диагностика мотиваций»  -Способности. Понятие способностей. Общие и специальные способности.  -Уровни развития способностей:  одаренность, талант, гениальность  -Темперамент. Понятие темперамента. Характеристика типов темперамента.  -П.р.№ 9 «Темперамент. Изучение  своего типа темперамента.»  -Проявление темперамента в деятельности.  -Характер. Понятие характера.  Типология характеров.  -Черты характера и отношения личности.  -Формирование характера.  -Обобщение по курсу «Основы  психологии» | 1  1  1  1  1  1  1  1  1  1  1  1 | Объяснять сущность и значение сознательной деятельности.  Определять сознание как высший уровень развития психики.  Уметь выделять уровни мотивации, значение мотивации в жизни человека Сравнивать характерные особенности поведения людей с разными типами темперамента.  Называть и описывать типы ВНД по Павлову.  Определять типы темперамента и ВНД в процессе наблюдений за сверстниками. Применять знания в процессе выполнения практических работ. |
| ИТОГО:  Практических работ: | **34**  **9** |  |  |  |

**Список рекомендуемой литературы**

1. Методическое пособие «Основы общей психологии», Н.С.Ефимова. – М.:ИД «ФОРУМ»: ИНФРА-М, 2013, предназначенного для студентов психолого-педагогических специальностей средних специальных учебных заведений, а также для всех интересующихся психологией

2. Методическое пособие УМК «Сферы». Биология. Живые системы и экосистемы. Л.Н.Сухорукова, В.С.Кучменко. – М.: Просвещение, 2017, а также электронной формой учебника.

3. Методическое пособие «Основы психологии. Практикум»/ под ред.Л.Д.Столяренко. – Ростов-на-Дону: Феникс,