

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЛИПЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ П.П. СЕМЕНОВА-ТЯН-ШАНСКОГО»  
(ЛГПУ ИМЕНИ П.П. СЕМЕНОВА-ТЯН-ШАНСКОГО)**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ПСИХОЛОГИЯ**

-----  
Наименование дисциплины

**Среднее общее образование  
(для 10-11 педагогических классов)**

-----  
Уровень образования

**2 года**

-----  
Сроки реализации

ЛИПЕЦК 2021 г.

Рабочая программа разработана в соответствии с с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;



требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов НОО, ООО и СОО;



Приказом Минобрнауки России от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в ФГОС ООО»;



Приказом Минобрнауки России от 31.12.2015 № 1578 «О внесении изменений в ФГОС СОО

Сегодня в современном, динамично развивающемся мире, в огромном информационном потоке, в котором оказывается человек, особую актуальность приобретает вопрос поддержания и сохранения психического здоровья личности, под которым понимается душевное состояние благополучия, когда человек способен реализовать свой потенциал, справиться со стрессовой ситуацией, продуктивно функционировать, что является важнейшей ценностью личности. Здоровое функционирование личности описывается через понятие духовности, самореализации, самоактуализации, аутентичности, стремление к смыслу. Можно сказать, что духовность-это направленность личности, конечная цель жизни любого человека, и все эти составляющие лежат в плоскости понимания психологии.

**1. Цель** изучения психологии в школе - заложить основы психологической грамотности, элементарной психологической культуры, обеспечивающей школьнику вступление в самостоятельную жизнь, развитие готовности к полноценному взаимодействию с миром.

Учебный курс направлен на решение психолого-педагогических задач, обеспечивающих становление личности ребенка:

- формирование общих представлений о психологии как науке;
- пробуждение интереса к другим людям и самому себе;
- развитие интеллектуальной сферы;
- развитие самосознания, эмоциональной сферы;
- профессионального самоопределения.

В результате освоения дисциплины учащиеся должны **знать:**

элементарные основы психологического курса, приблизиться к пониманию феномена человека, уникальности и целостности его внутреннего мира;

познакомиться с основными видами самоопределения человека: личностным, профессиональным, социальным

**уметь:**

постепенно учиться понимать себя на основе рефлексии, управлять своими эмоциями, желаниями, правильно выстраивать межличностные отношения, бережно относиться к другим, принимать решения, делать выбор и нести за него ответственность, отстаивать свои права, уважая интересы других и т. п.

**владеть:**

постепенно овладевать элементарными навыками асертивного поведения, планирования своей деятельности и жизни в целом.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Школьный учебный план отводит на изучение психологии 68 часов за 2 года обучения в 10 и 11 классах

Виды учебной работы	Объём часов
Общая трудоемкость дисциплины	68
Лекции	32
Практические занятия	32
Вид итогового контроля (творческий проект)	4

### 2.2. Содержание учебного материала

№	Наименование раздела	Содержание
<b>10 класс</b>		
1	Введение в психологию	Предмет психологии, ее место в системе научного знания о человеке. История становления и развития психологии. Методы психологии. Психика и мозг, их соотношение.
2	Личность и ее структура	Индивид. Личность. Индивидуальность, диалектика их соотношения. Самооценка, ее роль в структуре личности. Темперамент и характер, их соотношение. Способности. Эмоции и

		чувства. Любовь. Экология любви. Дружба.
3	Познавательные психические процессы	Внимание и его роль в процессе познания. Ощущение и восприятие. Память. Мышление. Воображение.
4	Саморегуляция	Стресс. Профилактика аддиктивного поведения. Позитивное мышление.
<b>11 класс</b>		
1	Психология общения	Введение в психологию общения. Структура, виды и средства общения. Стили общения. Манипуляции в общении.
2	Условия и технологии эффективной коммуникации	Механизмы межличностного восприятия. Психологические защиты и барьеры в общении. Активное и пассивное слушание. Самопрезентация.
3	Психология конфликта	Конфликт, его виды. Тактики поведения в конфликте. Управление конфликтом.
4	Профессиональное самоопределение личности	Понятие профессионального самоопределения. Стратегии выбора профессии. Построение личной профессиональной перспективы. Профессиональный тип личности. Личностный тренинг «Я строю свою профессиональную

		жизнь!». Деловая игра «Профессиональные пробы».
--	--	---

### 2.3. Тематическое планирование

#### 10 класс

№ п/п	Разделы, темы дисциплины	Л	ПЗ	Всего часов
1	Введение в психологию	3	2	5
2	Личность и ее структура	6	6	12
3	Познавательные психические процессы	5	4	9
4	Саморегуляция	2	4	6
5	Итоговое занятие	1	1	2
Итого		17	17	34

#### 11 класс

№ п/п	Разделы, темы дисциплины	Л	ПЗ	Всего часов
1	Психология общения	3	2	5
2	Условия и технологии эффективной коммуникации	6	6	12
3	Психология конфликта	5	4	9
4	Профессиональное самоопределение личности	2	4	6
5	Итоговое занятие	1	1	2
Итого		17	17	34

### 3. Формы проведения занятий

Лекция, практикум, лабораторная работа, беседа, дискуссия, тренинг, игра, самостоятельная работа

### 4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины:

#### основная литература:

1. Воробьев, А. Психология: учебник для средней школы/ А. Воробьев.- М: 2013.
2. Коломинский, Я.Л. Основы психологии. Учебник для учащихся старших классов и студентов первых курсов учебных заведений /Я.Л. Коломинский.- М: АСТ, 2010.
3. Коноваленко, М.Ю. Психология общения/ М.Ю. Коноваленко. - М: Юрайт, 2020.
4. Пономаренко, Л.П., Белоусова, Р.В. Психология для старшеклассников Ч.1 10класс/Л.П. Пономаренко, Р.В. Белоусова.-М: ВЛАДОС, 2010.

5. Пономаренко, Л.П., Белоусова, Р.В. Психология для старшеклассников Ч.2 11класс/Л.П. Пономаренко, Р.В. Белоусова.-М: ВЛАДОС, 2010.

**дополнительная литература:**

1. Бойз, К. Теория лжи вашего тела/К. Бойз, пер. с англ. Н.М. Гончаровой.-М: АСТ: Апрель, 2010.
2. Пиз, А. Язык телодвижений/ А. Пиз.- Нижний Новгород: Ай Кью, 1992.

Автор: Акиньшина О.Н.,  
к.п.н., доцент кафедры  
психологии, педагогики  
и специального образования