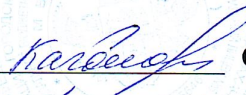


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«Многопрофильный лицей №5 им. А. С. Пушкина»**

**Принята**  
Педагогическим советом  
МБОУ «Многопрофильный лицей №5»  
Протокол от 28.08.2023 №1

**Утверждена**  
Приказом 28.08.2023 № 78  
Директор МБОУ «Многопрофильного лицея  
№5»

  
Османова П.М.

***Рабочая программа***  
***по внеурочной деятельности***  
***«Основы общей психологии»***  
***10 кл***  
***Срок реализации 1 год***

***Составители:***

***педагог-психолог Гусейнова Г.А.***

***педагог-психолог Ибранова Г.М***

***социальный педагог Аликараева М.А***

## **Пояснительная записка**

В настоящее время перед образованием поставлены задачи формирования всесторонне развитой личности с нравственно-патриотической позицией.

Однако, следует учитывать, что гражданская активность, толерантность, правовое сознание, способность к личностному и профессиональному самоопределению связана с функционированием определенных психологических механизмов личности как субъекта собственной жизнедеятельности и общественной жизни, в которой формируются различные ценности, установки, потребности.

Осознание важности овладения психологическими знаниями стимулирует создание большого количества теоретических, научно-методических и практических разработок, касающихся обучения подрастающего поколения основам психологии.

Данный курс внеурочной деятельности направлен на повышение психологической информированности, ориентирование учащихся в психологической науке и формирование коммуникативных навыков и умений.

### **Цели изучения предмета:**

**Обучающая** – актуализировать необходимость психологических знаний в современных условиях жизни, повысить психологическую компетентность учащихся.

**Развивающая** – развивать личностный потенциал и способствовать самораскрытию учащихся.

**Формирующая** – формировать интерес к психологическим наукам и практические навыки взаимодействия в общении.

### **Задачи курса:**

- ✓ определить место психологии в науке, рассмотреть основные разделы и дисциплины психологии, познакомить с основными понятиями и категориями психологии;
- ✓ раскрыть основные понятия и категории общей психологии и психологии общения, повысить информированность в области общей психологии, психологии общения (вербального, невербального);
- ✓ сформировать интерес к изучению психологии, своего внутреннего мира, межличностному взаимодействию;
- ✓ формировать навыки общения.

Курс расширяет представления учащихся о психологии, ее возможностях, раскрывает понятия психологической интерпретации и анализа, некоторых социально-психологических феноменов, позволяет овладеть навыками эффективных коммуникаций.

**Программа рассчитана на 34 часа.**

### **Требования к усвоению содержания курса:**

Знания, умения, навыки, которые получает учащийся, изучая «Общую психологию» помогут ученику ориентироваться в окружающем мире, продуктивнее строить и вступать во взаимоотношения с другими.

Учащиеся должны **знать:**

- основные направления, подходы, теории в общей психологии и современные тенденции развития психологического знания;
- основные направления, подходы, теории в психологии общения;
- основные направления, подходы, теории в психологии эмоций;
- основные категории и понятия психологии общения;
- основные категории и понятия характера и темперамента человека;
- систему знаний о закономерностях общения и способах управления индивидом и группой;

Учащиеся должны **уметь:**

- владеть системой теоретических знаний по основным разделам общей психологии, психологии общения, психологии эмоций;
- владеть профессиональным языком предметной области знаний, уметь корректно выражать и аргументировано обосновывать положения предметной области знаний;
- владеть современными методами поиска, обработки и использования информации, умеет интерпретировать и адаптировать информацию для адресата;
- в условиях развития науки и имеющейся в социальной практике к пересмотру собственных позиций, выбору новых форм и методов работы;
- различать психологические и непсихологические тексты, критически работать с литературой;
- владеть системой знаний о закономерностях общения и способах управления индивидом и группой; умениями педагогического общения;
- владеть основными способами взаимодействия личности и социума;
- владеть знаниями об особенностях, факторах и динамики групповых процессов;
- владеть методами изучения личности;

**Методы и формы обучения:**

1. Лекционный метод передачи знаний
2. Психодиагностические методы исследования личности;
3. Экспрессивные методы творческого самовыражения в движении, рисунках, в письменных работах;
4. Методы социально-психологического тренинга: дискуссионный метод обсуждения различных психологических проблем; метод анализа конкретных ситуаций; игровое моделирование, имитационные игры.

**Формы контроля:** практические и творческие работы.

### Тематическое планирование «Основы общей психологии 10 кл»

№	Темы уроков	Часы
1.	Введение в «Общую психологию».	1 час
2.	Структура психологии.	1 час
3.	Методы изучения в психологии	1 час
4.	Практическое занятие. Тесты.	1 час
5.	Сознание, структура сознания в проективных методиках	1 час
6.	Личность. Структура личности.	1 час
7.	Индивидуальность. Чем мы все отличаемся	1 час
8.	Социализация личности.	1 час
9.	Группы.	1 час
10.	Межличностные отношения в малых группах.	1 час
11.	Группы. Игры на сплочение	1 час
12.	Деятельность и направленность личности	1 час
13.	Деятельность, ее виды в игровой форме	1 час
14.	Познавательные процессы. Ощущения. Восприятие.	1 час
15.	Ощущения. Восприятие. Практическое занятие	1 час
16.	Психология память.	1 час
17.	Особенности развития памяти. Практическое занятие.	1 час
18.	Психология мышления.	1 час
19.	Мышление. Практическое занятие	1 час
20.	Речь в познавательной деятельности	1 час
21.	Психология внимания.	1 час
22.	Внимание. Практическое занятие	1 час
23.	Воображение	1 час
24.	Воображение. Практическое занятие	1 час
25.	Индивидуальные особенности человека. Темперамент. Влияние темперамента на учебную деятельность	1 час
26.	Темперамент. Практическое занятие	1 час
27.	Характер.	1 час
28.	Характер. Практическое занятие	1 час
29.	Чувства. Практическое занятие	1 час
30.	Эмоции. Практическое занятие	1 час
31.	Способности.	1 час
32.	Способности. Практическое занятие	1 час
33.	Воля.	1 час
34.	Итоговое занятие по курсу «Основы общей психологии».	1 час

## **Содержание курса «Основы общей психологии» 10 кл**

### **1. Введение в «Общую психологию».**

Что изучает раздел « Основы общей психологии». Цели и задачи курса «Общая психология». Этапы развития науки психологии.

### **2. Структура психологии.**

Предмет психологии. Общая психология. Отрасли психологии.

### **3. Методы изучения в психологии.**

Основные и вспомогательные методы психологии. Организационные методы. Эмпирические методы. Методы обработки данных. Интерпретационные методы.

### **4. Практическое занятие. Тесты.**

«Мой оптимизм» и «Мой творческий потенциал».

### **5. Сознание, структура сознания в проективных методиках.**

Понятие о сознании. Структура сознания. Функция сознания. Понятие о психике. Этапы развития психики. Функции психики. Формы проявления психики. Проявление бессознательного. Самосознание.

### **6. Личность. Структура личности.**

Понятие о личности. Особь.

### **7. Индивидуальность.**

Индивид. Индивидуальность. Соотношение биологического и социального в личности человека. Факторы развития личности. Активность самой личности.

### **8. Социализация личности.**

Процесс социализации. Институты социализации. Развитие личности по А.В.Петровскому.

### **9. Психология группы.**

Понятие о группе. Виды групп. Группы разного уровня развития: коллектив, корпорация, диффузная группы.

**10. Межличностные отношения в малых группах.** Лидер. Референтная группа. Групповое давление. Комформность. Статус. Социометрия.

### **11. Практическое занятие. Игры на сплочение.**

Раскрытие межличностных симпатий, установление неформальных связей, формирование навыков совместной работы, развитие навыков уверенного отказа.

### **12. Деятельность и направленность личности.**

Понятие о деятельности. Внутренняя и внешняя деятельность. Виды деятельности. Учебная деятельность как ведущая деятельность в школе. Мотивация учебной деятельности.

**13. Деятельность, ее виды в игровой форме.** Структура деятельности. Потребности. Действия. Операция. Мотив. Цель. Задачи.

### **14. Познавательные процессы. Ощущения. Восприятие.**

Общее понятие о познавательных процессах. Схема приема информации. Виды ощущений. Внутренние и внешние ощущения. Синестезия. Понятие о

восприятию. Виды восприятия. Свойства восприятия. Нарушения восприятия. Иллюзии восприятия.

#### **15. Ощущения. Восприятие. Практическое занятие.**

Определения уровня развития ощущения и восприятия при помощи тестов (Платонов, Пономаренко)

#### **16. Психология памяти.**

Понятие о памяти. Процессы памяти. Виды памяти.

#### **17. Особенности развития памяти. Практическое занятие.**

Экспериментальное определение видов памяти. Приемы улучшения памяти. Рекомендации. Использование индивидуальных различий памяти в учебном процессе.

#### **18. Мышление.**

Понятие о мышлении. Виды мышления. Мыслительные операции. Формы логического мышления.

#### **19. Мышление. Практическое занятие.**

Методики изучения мышления: ШТУР (школьный тест умственного развития); методика «сложные ассоциации»; методика «Матрицы Равена»; методика «анализ отношения понятий»; методика «выявление общих понятий»; методика «количественные отношения»; методика «интеллектуальная лабильность»

#### **20. Речь в познавательной деятельности.**

Исследования особенностей устной речи учащихся старших классов (Фотекова Т.А., Ахутина Т.В.) .

#### **21. Внимание.**

Понятие о внимании. Функции внимания. Виды внимания. Качества внимания.

#### **22. Внимание. Практическое занятие.**

Тест «Корректирующая проба» Б. Бурдона. Методики изучения внимания: методика «корректирующая проба»; красно-черные таблицы; методика Мюнстенберга; методика «расстановка чисел»; методика «отыскание чисел»; методика «отыскание чисел с переключением».

#### **23. Воображение.**

Понятие о воображении. Образы. Функции воображения. Виды воображения. Приемы воображения.

#### **24. Воображение. Практическое занятие.**

Тест креативности, тест последствий — простое перечисление прошлых творческих работ человека и его достижений — прекрасное свидетельство того, что он или она будут творцами и в будущем... („Сколько применений вы можете придумать для кирпича?)

#### **25. Индивидуальные особенности человека. Темперамент. Влияние темперамента на учебную деятельность.**

Темперамент. Типы темперамента. Физиологические основы темперамента. Учение И.П.Павлова о соотношении ВНД и типов темперамента. Практические

рекомендации. Влияние темперамента на общение. Значение темперамента при выборе профессии.

**26. Темперамент. Практическое занятие.**

Тест Белова, Русаловой.

**27. Характер.**

Понятие о характере. Природа характера. Проявление характера. Формирование характера. Черты характера.

**28. Характер. Практическое занятие.**

Притчи о характере человека

**29. Чувства. Практическое занятие.**

Понятие о чувствах. Роль чувств в деятельности и жизни человека. Выразительность чувств, формы проявления чувств: эмоции, аффект, стресс, настроение, фрустрация. Эмоции: плюсы и минусы.

**30. Эмоции. Практическое занятие.**

Упражнение «Изобрази эмоцию, «Передай эмоцию»»

**31. Способности.**

Понятие о способностях. Структура способностей. Задатки как основа способностей. Одаренность. Талант. Гениальность. Роль способностей в учебной деятельности.

**32. Способности. Практическое занятие.**

Онлайн тестирование по психологии методом Рудольфа Амтхауэра.

**33. Воля.**

Понятие о воле. Сила воли. Безволие.

**34. Итоговое занятие по курсу «Общая психология».**

## Учебно-методическое обеспечение курса

### Рекомендуемая литература:

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология. М.: Академический проект, 2001.
2. Алан Пиз Язык телодвижений. М.: Эксмо, 2006 .– 288с.
3. Бодалев А.А. Личность и общение. М.: МГУ, 1995.
4. Введение в психологию / Под ред. В.А.Петровского. – М.: Академия, 1995. – С.362-374, 380-384.
5. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. 3-е изд. – М.,1999.
6. Гозман Л.Я. Психология эмоциональных отношений. М., 1987. – 175с.
7. Годфруа Ж. Что такое психология: в 2-х томах. – М.: Мир, 1992. – Т.2. – С 221-222, 240-276.
8. Дайл Карнеги Как приобрести друзей и влиять на людей. М., 2000.
9. Ефимов Н.С. Психология взаимопонимания. С-Пб, 2004 – 176с.
10. З. Фрейд Психопатология обыденной жизни. – М., 2000.
11. Немов Р.С. Психология в трех томах. М.: Владос, Кн.1 , 2002.
12. Панфилова А.П. Теория и практика общения. М.: Академия, 2007 – 288с.
1. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие, Самара, 2007. -672с.
2. Райгородский Д.Я. Психология семьи. – Самара: Бахрах-М, 2002. – 752 с.
3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Спб.: Питер, 2003.
4. Скрипкина Т.П. Психология доверия. М., 2000.
5. Шнейдер Л.Б. Психология семейных отношений. – М.: Эксмо-пресс, 2000. – 512с.