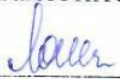


**Муниципальное общеобразовательное учреждение
средняя школа с. Кивать им. д.т.в. А.И.Фионова
«МО» Кузоватовский район Ульяновская область**

РАССМОТРЕНО
на педагогическом совете
Протокол № 2
от 28 августа 2025 года

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
УВР
 Латышева О.Н.
«28» августа 2025г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МОУ СИ с.Кивать
им.д.т.в. А.И.Фионова
 Еремина О.И.
Приказ № 133-ОД от 28.08.2025г.



Рабочая программа

Наименование курса: Введение в психологию

Класс: 10

Уровень общего образования: среднее общее

Срок реализации программы: 2025-2026 учебный год

Количество часов по учебному плану: всего 34 часа в год; в неделю 1 час

Рабочую программу составила педагог-психолог  Кузнецова И.Н.

Пояснительная записка к программе

Программа составлена на основе: Психология. Программа учебных занятий в профильных классах психолого- педагогической направленности. Факультет педагогики и психологии. Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова».

Актуальность программы заключается в том, что возникает необходимость ранней профессионализации в школе и подготовки будущих специалистов в области психологии и педагогики уже в старших классах. На сегодняшний день существует потребность школ и иных образовательных организаций, а так же и социальных учреждений в специалистах психолого- педагогического направления подготовки. Разработанная программа курса психологии разработана в контексте общих идей человекознания. Курс имеет выраженную практическую и прикладную направленность. Это личностно ориентированный курс психологии/

В качестве исходного положения, определяющего педагогический подход, использовался тезис: необходимо рассматривать развитие ребенка в аспекте изучения им предмета «Психология» не только как результат, но и как процесс самосознания, самопознания, самовоспитания и самосовершенствования. При этом акцент делается на развитие чувства собственного достоинства человека как субъекта. Существенным моментом здесь становится не только отражение мира, но и отражение себя в мире, своего состояния, своего отношения к миру, своего поведения теперь и в будущем. Все данные аспекты сочетаются с подготовкой к будущей профессии и профессиональному самоопределению.

Основная цель программы – формирование гуманистического мировоззрения и психологической культуры учащихся, формирование человека, способного к самовоспитанию и саморазвитию, человека самосовершенствующегося, а так же профориентация и развития профессионально важных качеств будущего специалиста в области психологии и педагогики. **Задачи программы** направлены на формирование в мировоззрении ученика картины мира, позволяющей развиваться его личности в гуманистическом ключе и готовить к профессии в рамках Психолого- педагогического направления.

Задачами учебно-развивающего и воспитывающего процесса являются:

- воспитание психологической культуры учащихся школы;
- формирование системообразующей теоретической базы для сознательного управления учащимися своего развития;
- ознакомление учащихся с основными путями психологического познания человека (познавательные процессы, состояния, свойства, отношения и др.);
- формирование важнейших жизненных навыков, способствующих успешной адаптации в обществе;
- формирование устойчивых навыков конструктивного общения, развития социальной компетентности;
- формирование основ культуры интеллектуального труда;

- формирование у школьников средних классов навыков самопознания и саморегуляции;
- содействие профессиональному самоопределению учащихся старших классов;
- подготовка к будущей профессии в рамках психолого-педагогического направления;
- профилактика отклоняющегося поведения учащихся;
- содействие раскрытию творческих возможностей личности ученика.

В преподавании курса психологии применяются известные в мировой педагогической и психологической практике методы обучения: словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др. А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся:

- метод социально-психологического тренинга:
- дискуссионные методы (обсуждение конфликтов, анализ ситуации морального выбора);
- игровые методы – дидактические (поведенческое научение, интонационно-речевой и видеотренинг) и творческие игры (игровая психотерапия, психодраматическая коррекция, трансактивный метод осознания коммуникативного поведения);
- сензитивный тренинг (тренировка самопонимания, межличностной чувствительности и эмпатии);
- метод творческого самовыражения (через литературное, научное, художественное и др. виды творчества);
- методы психической саморегуляции и тренировки психических функций (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки);
- метод экспрессий, а также метод чтения вслух, метод интроспективного анализа; метод по развитию творческого самочувствия; рефлексивный тренинг.
- арт-терапия во всем многообразии своих проявлений.

В силу специфики предмета психологии полагается целесообразным применять диагностические методики. Все применяемые в курсе «Психология» психодиагностические методы по целевому назначению можно разделить на три группы: диагностика внутри предмета (как дидактический прием), диагностика усвоения знаний и диагностика развития личности. Диагностика внутри предмета включается в структуру урока и позволяет быстро проиллюстрировать теоретический материал. От конкретной методики можно оттолкнуться во введении к теме, использовать ее как прием в проблемном обучении, а также показать, каким образом психологическое знание реально работает на практике. Для диагностики внутри предмета наиболее подходят популярные методики, которые достаточно просты в использовании и обработке: опросник Айзенка, методики незаконченных предложений, анкеты, некоторые рисуночные методики. Информация, полученная учащимися в ходе таких занятий, способствует развитию у них интереса к интроспективному анализу, формированию рефлексивных компонентов психики, пониманию психологических особенностей отдельных людей и механизмов человеческого поведения; дает возможность почувствовать действительное разнообразие людей. Таким образом, диагностика внутри предмета – это методы психологического исследования, применяемые непосредственно для усвоения знаний. Диагностика усвоения знаний предполагает

использование методик, Критерием оценки успешного продвижения служит сформированность соответствующих отношений, и эта оценка может быть выражена в характеристиках: хорошо владеет знаниями, правильно применяет их на практике, анализирует ситуацию, может управлять своим поведением. К результатам обучения относятся психологические знания (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности), психологические умения (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения), навыки (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой), опыт творческой самостоятельности, овладение культурой психической деятельности, формирование эмоционально-целостного отношения к психологической реальности и действительности в целом.

Данная программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования на основе программы «Психология» А.Д. Андреевой, Е.Е. Даниловой, И.В. Дубровиной, Д.В. Лубовского, А. М. Прихожан, Н.Н. Толстых, а также иных авторские программы и курсах, в частности программе «Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки» Г.В. Резапкиной.

Освоение учебного материала даст обучающимся возможность приблизиться к пониманию феномена человека, уникальности его внутреннего мира и неразрывной связи с миром внешним, другими людьми, нациями, человечеством в целом. Обучающиеся смогут научиться моделировать свое будущее, принимать решения, делать выбор и нести за него ответственность, отстаивать свои права, уважая интересы других людей, что позволит ощущать себя полноправными гражданами общества, активными субъектами деятельности и социальной действительности.

В 10 - 11-м классе учащиеся знакомятся с видами жизненного самоопределения человека: личностным, профессиональным, социальным; усваивают сущность понятия психологической готовности к самоопределению, осознают, что юношеский возраст является наиболее благоприятным и ответственным периодом самоопределения.

В ходе изучения курса психологии в 10 классе учащиеся должны знать/понимать:

- Что такое профессиональное самоопределение
- Что такое самоопределение, жизненные цели и что может нарушить процесс самоопределения;
- Что такое эмоциональные состояния и чувства, саморегуляция;
- Что такое способности и склонности и их учет в выборе будущей профессии
- Что такое характер, черты характера, и как он влияет на успехи в школе и жизни.
- Что такое темперамент и его влияние на способности.

Уровень понимания, а следовательно и усвоения этих тем будет зависеть прежде всего от тех знаний, которые были получены ранее, и от того личностного смысла, который предшествующие и новые знания будут иметь для самих учащихся.

Ожидаемые, планируемые результаты за 10 класс

1. Знание общественно-исторической обусловленности человеческих способностей.
2. Понимание психологических механизмов развития способностей.
3. Формирование представления о специальных способностях и их связи с различными видами

человеческой деятельности.

4. Формирование представления о том, что роднит понятия «способности», «талант», «гениальность» и что дает основания их различать.
5. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.
6. Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
7. Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.
8. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.
9. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.
10. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.
11. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
12. Представление о психологической культуре как части общей культуры.
13. Понимание роли психологии в современной духовной жизни и познании человеком самого себя и других людей.
14. Понимание психологического механизма обмана, манипулирования и формирование представлений о способах противостояния обману.
15. Формирование представления о способах преодоления трудностей, осознание особенностей собственного поведения в трудных жизненных ситуациях
16. Формирование представления о психологической помощи и особенностях применения психологических знаний в разных сферах общественной жизни.
17. Определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.
18. Профориентация и знакомство с профессиями психолог и педагог.

Тематический план 10 класс «Познай самого себя. Я в педагогической профессии»

№	тема	Кол-во часов	Кол-во проверочных работ
	Введение	1ч	
1.	Юность – пора самоопределения	4 ч	1
2.	Личностное самоопределение	8ч	1
3.	Профессиональное самоопределение	3ч	1
4.	Социальное самоопределение	8ч	1
5.	Что может нарушить процесс самоопределения	5ч	1
6	Профориентация. Мои педагогические и психологические способности.	4 ч.	1
7	Заключение	1ч	
	Итого:	34ч	6

Поурочный план

Введение. Что такое психологическая готовность к самоопределению, социализация, ценностные ориентации, выбор.

1. Юность – пора самоопределения

Что такое самоопределение, мировоззрение, идентичность, рефлексия, смысл жизни. Какова роль временной перспективы для самоопределения и личностного развития. Как эффективно использовать время своей жизни, планирование.

2. Личностное самоопределение

Чувства, как отражение личности человека, его индивидуальных особенностей и жизненного опыта. Структура и роль чувств, эмоций и эмоциональных состояний. Развитие чувств в онтогенезе. Высшие чувства. Психологическая характеристика чувств.

3. Профессиональное самоопределение

Личностные факторы профессионального самоопределения. Условия успешного профессионального самоопределения. Выбор будущей профессии. Индивидуальный стиль деятельности. Карьера

4. Социальное самоопределение

Роль и значение семьи в жизни человека. Психологические особенности мужчин и женщин, социальные стереотипы. Любовь в семье. Психологическая совместимость.

5. Что может нарушить процесс самоопределения

Психологические барьеры. Психологический стресс, его причины, формы и способы преодоления. Психологические зависимости. Способы уверенного отказа.

6. Профориентация. Мои педагогические и психологические способности. Я в педагогической профессии. Характер, Темперамент. Способности.

7. Заключение.

Обобщение основных аспектов проблемы самоопределения личности.

Календарно-тематический план за 10 класс

№ п/п	Наименование раздела, темы	Осваиваемые учебные действия (умения) и модели	Основные понятия
1	Введение. Общие понятия о самоопределении	Ввести обучающихся в новую для них область психологических знаний – психологию самообразования. Психические свойства личности.	Самоопределение, психологическая готовность к самоопределению, социализация, индивидуализация, ценностные ориентации, выбор
2	На пороге взрослой жизни. Мировоззрение и самоопределение.	Представление об основных психологических характеристиках возраста ранней юности. Понятие «мировоззрение» в контексте самоопределения.	Юность, идентичность, мировоззрение, теоретическое мышление, рефлексия, смысл жизни
3	Жизненные цели и временная перспектива. Время в жизни человека.	Роль временной перспективы для самоопределения и личностного развития.	Время, временная перспектива, жизненные цели
4	Свойства временной перспективы. Поколения формируются в юности	Свойства временной перспективы. Возможности эффективно использовать время. Роль сопричастности поколению в самоопределении человека	Планирование, временная перспектива, отношение к будущему Историческое время, когорта, самоопределение, юность, поколение,
5	Обобщение по теме « Юность - пора самоопределения»		
6	Чувства - важнейшая характеристика личности	Представление о том, что чувства являются отражением личности человека, его индивидуальных особенностей и жизненного опыта	Чувства, внутренний мир,, личность, прошлый опыт
7	Эмоциональные состояния и чувства	Эмоции, чувства, эмоциональные состояния, их структура и роль в эмоциональной сфере человека	Чувства, эмоции, эмоциональные состояния, настроение, аффект, страсть, стресс.
8	Развитие чувств в онтогенезе	Основные направления возрастного развития чувств	Возрастное развитие, импульсивность чувств, эмоциональная уязвимость, устойчивые чувства, саморегуляция чувств, социализация чувств.
9	Высшие чувства	Основные категории высших чувств	Нравственные, эстетические, интеллектуальные чувства
10	Психологическая характеристика	Психологические особенности чувств их социальная функция	Чувства, переживания, внешнее проявление чувств, социальная функция чувств

	ика нравственных чувств (смущение и застенчивость)		
11	Психологическая характеристика чувства вины, стыда.	Социальная функция чувства вины	Стыд, вина
12	Психологическая характеристика чувства долга, ответственности, чести и достоинства	Социальная функция чувства долга, ответственности, чести и достоинства	Долг, ответственность, собственное достоинство, честь
13	Психологическая характеристика моральных чувств	Негативные моральные чувства, чувство привязанности	Надежная привязанность, болезненная привязанность
14	Психологическая характеристика чувства одиночества	Социальная функция чувства одиночества	Одиночество, избирательность в общении
15	Обобщение по теме « Личностное самоопределение »		
16	Отношение к труду и самооценка в процессе профессионального самоопределения	Показать связь выбора профессии с отношением человека к труду	Профессиональное самоопределение, труд, самосознание, самооценка, жизненная перспектива
17	Способности и склонности	Показать необходимость осознания своих способностей для успешного профессионального самоопределения	Интересы, способности, склонности, интеллект, креативность, обучаемость, призвание
18	Выбор будущей профессии.	Раскрыть сложность и неоднозначность выбора будущей профессии.	Выбор профессии, внутренние причины выбора, внешние причины выбора
19	Обобщение по теме « Профессиональное		

	самоопределение»		
20	Семья и брак. Функции современной семьи	Показать значение семьи, как важнейшей ценности	Брак, семья, супруги, семейные отношения, функции семьи
21	Психологические особенности мужчин и женщин	Познакомить с имеющимися в науке данными о психологических особенностях мужчин и женщин.	Гендерные особенности, психологические особенности мужчин и женщин
22	Социальные стереотипы мужественности и женственности	Познакомить с проблемой социальных стереотипов мужественности и женственности	Социальные стереотипы, гендерные стереотипы, гендерная роль, андрогиния.
23	Любовь – высшее человеческое чувство	Раскрыть психологическое содержание феномена любви	Любовь, аттракция, амбивалентность любви
24	Многообразие проявлений чувства любви	Раскрыть феномен любви во всем многообразии его проявлений	Виды любви
25	Любовь и семья	Развитие чувства любви в браке, создание условий для ее сохранения	Супружеская любовь, любовная атмосфера в семье
26	Семейные отношения	Дать представление о семье, как о системе ролевых отношений,	Семейные роли, конфликт ролевых представлений
27	Супружеские отношения	мотивы вступления в брак, ожидания в браке, уровни совместимости супругов	Мотивы заключения брака, ожидания в отношении брачного партнера, «идеальный супруг»
28	Обобщение по теме « Социальное самоопределение»		
29	Психологические барьеры самоопределения	Дать представление о психологических барьерах самоопределения, их формах и способах преодоления	Психологический барьер, выученная беспомощность
30	Психологический стресс. Фрустрация.	Дать представление о причинах, формах, особенностях протекания психологического стресса и фрустрации, их роль в самоопределении и способах преодоления их негативных форм	Психологический стресс, фрустрация, агрессия, цель, мотив, защитные механизмы.
31	Психологические зависимости . Бегство в иллюзии	Дать представление о психологических зависимостях, как непродуктивных способах справляться с жизненными трудностями	Психологическая зависимость, интерес
32	Игровая зависимость.	Раскрыть механизмы возникновения игровой и Интернет -зависимости,	Игровая зависимость, Интернет-зависимость

	Интернет-зависимость	познакомить со способами их профилактики и преодоления	
33	Общие характеристики психологической зависимости	Выделить общие признаки психологической зависимости; выработать совместно общие подходы к их профилактике и преодолению	Психологическая зависимость, зависимость от другого человека
34	Обобщение по теме « что может нарушить процесс самоопределения» Профориентация.	Мои педагогические и психологические способности. Я в педагогической профессии. Характер, Темперамент. Способности	

Список использованных источников

1. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. – Спб.: Питер. – 2008. – 272 с.
2. Орлова И.В. Тренинг профессионального самопознания. Теория, диагностика и практика педагогической рефлексии. – Спб.:Речь. – 2006. – 128 с.
3. Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников: Пособие для педагога: 1 ч. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2001.
4. Попова М.В. Психология как учебный предмет в школе: учебно-метод. пособие. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 288 с.
5. Преподавание психологии в школе , 3-11 классы: Учебно-методическое пособие / Под ред. И.В.Дубровиной.- М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК»,2007.
6. Психология: Учебное пособие. X класс / Под ред. И.В. Дубровиной. - М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК»,2008.
7. Психолого-педагогическое сопровождение ЕГЭ. Составите: Павлова М.А., Гришанова О.С.. – М.: Учитель – 2020.- 201 с.
8. Реан А.А., Гатанов Ю.Б., Баранов А.А. Психология 8-11 класс. Учебник. – СПб: Питер, 2001. – 212 с.
9. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники. – М.: Ось – 89, 2008. - 256 с.
10. Рогов Е.И. Психология познания. – М.: ВЛАДОС, 2001.- 176 с.
11. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Методическое руководство. – М.: Генезис, 2014.- 250 с.
12. Смид Р. Групповая работа с детьми и подростками. – М.: Генезис, 2000. – 272 с.
13. Столяренко Л.Д. Психология. Учебник для вузов. – Спб.: Питер. – 2020. – 592 с.
14. Фопель К. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего. – М.: Генезис, 2013.- 288 с.

Ресурсы Интернет <https://fgos.ru/>

ФГОС для школ

<http://www.azps.ru/> / А. Я. Психология.

<http://www.festival.1september.ru/> / Фестиваль педагогических идей «Открытый урок».<http://www.psiholognew.com>

<http://www.psycho/oqy.net.ru>

<http://www.psy.msn.ru>

<http://www.psychoservice.ru>

<http://www.bbs.psihology-outlinemet>

<http://www.psy.piter.com>

<http://www.herpes.ru/psycho>