

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Управление образования Администрации города Нижний Тагил
МАОУ СОШ №100

РАССМОТРЕНО

Педагогическим
советом

МАОУ СОШ №100
Протокол №1
от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАОУ СОШ
№100

Д.В. Язовских
Приказ от 30.08.2024 г.
№01-12/330

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету
«Психология человека»

10-11 класс

Нижний Тагил

2024

Раздел 1. Планируемые результаты освоения элективного курса

Преподавание курса представляется актуальной и важной задачей профильного обучения в классе гуманитарного профиля (медиакласс).

Владея искусством общения человек, добивается больших успехов в жизни: удачная карьера, гармония в отношениях с близкими и друзьями, дружная, крепкая семья.

Содержание курса будет способствовать развитию таких компонентов личности, как психологическая культура, толерантность, позитивное отношение к окружающим, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, пониманию интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей. Изучение курса «Психология человека» будет способствовать развитию умения строить свои отношения с окружающими, конструктивному повседневному и деловому общению.

Задачи:

- сформировать навыки эффективного общения;
- научить использовать знания в области психологии общения в будущей профессиональной сфере, в предотвращении и урегулировании конфликтных ситуаций;
- сформировать навыки соблюдения этических норм общения.
- в результате освоения курса обучающийся должен знать:
- взаимосвязи общения и деятельности; цели, функции, виды и уровни общения;
- роли и ролевые ожидания в общении; виды социальных взаимодействий;
- механизмы взаимопонимания в общении; техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения;
- этические принципы общения;
- источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов.

Планируемые результаты изучения курса «Психология человека»

Личностные 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 обеспечить себе и своим близким достойную жизнь в процессе самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- готовность и способность обучающихся к отстаиванию личного достоинства, собственного мнения, готовность и способность вырабаты-

вать собственную позицию по отношению к общественно-политическим событиям прошлого и настоящего на основе осознания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;

- 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.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к России как к Родине (Отечеству):

- российская идентичность, способность к осознанию российской идентичности в поликультурном социуме, чувство причастности к историко-культурной общности российского народа и судьбе России, патриотизм, готовность к служению Отечеству, его защите;

- 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);

- формирование уважения к русскому языку как государственному языку Российской Федерации, являющемуся основой российской идентичности и главным фактором национального самоопределения;

- воспитание уважения к культуре, языкам, традициям и обычаям народов, проживающих в Российской Федерации.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к закону, государству и к гражданскому обществу:

- гражданственность, гражданская позиция активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности, готового к участию в общественной жизни;

- признание неотчуждаемости основных прав и свобод человека, которые принадлежат каждому от рождения, готовность к осуществлению собственных прав и свобод без нарушения прав и свобод других лиц, готовность отстаивать собственные права и свободы человека и гражданина согласно общепризнанным принципам и нормам международного права и в соответствии с Конституцией Российской Федерации, правовая

и политическая грамотность;

- 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;

- интериоризация ценностей демократии и социальной солидарности, готовность к договорному регулированию отношений в группе или социальной организации;

- готовность обучающихся к конструктивному участию в принятии решений, затрагивающих их права и интересы, в том числе в различных формах общественной самоорганизации, самоуправления, общественно значимой деятельности;

- приверженность идеям интернационализма, дружбы, равенства, взаимопомощи народов; воспитание уважительного отношения к национальному достоинству людей, их чувствам, религиозным убеждениям;

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

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся с окружающими людьми:

- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей, толерантного сознания и поведения в поликультурном мире, готовности и способности вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;

- 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;

- формирование выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра, нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей и нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);

- развитие компетенций сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.

Личностные результаты 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;

– экологическая культура, бережное отношение к родной земле, природным богатствам России и мира; понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, ответственность за состояние природных ресурсов; умения и навыки разумного природопользования, нетерпимое отношение к действиям, приносящим вред экологии; приобретение опыта экологонаправленной деятельности;

– эстетическое отношение к миру, готовность к эстетическому обустройству собственного быта.

Личностные результаты 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;

– положительный образ семьи, родительства (отцовства и материнства), интериоризация традиционных семейных ценностей.

Личностные результаты в сфере отношения обучающихся к труду, в сфере социально-экономических отношений:

– уважение ко всем формам собственности, готовность к защите своей собственности,

– 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;

– потребность трудиться, уважение к труду и людям труда, трудовым достижениям, добросовестное, ответственное и творческое отношение к разным видам трудовой деятельности;

– готовность к самообслуживанию, включая обучение и выполнение домашних обязанностей.

Личностные результаты 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:**Регулятивные универсальные учебные действия****Обучающийся 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.

Познавательные универсальные учебные действия**Обучающийся 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, учи-

тывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;

- менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), 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

Обучающийся научится:

- Понимание взаимосвязи общения и деятельности; цели, функции, виды и уровни общения.

- Опыт объективации и конструирования Я-концепции, проектирования перспективы самоопределения.

- Роли и ролевые ожидания в общении; виды социальных взаимодействий.

- Механизмы взаимопонимания в общении; техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения.

- Этические принципы общения.

Обучающийся получит возможность научиться:

- владеть знаниями о наиболее важных открытиях и достижениях в области психологии;

- развивать познавательный интерес в интеллектуальной и ценностно-смысловой сфере.

Раздел 2. Содержание предмета 10 класс.

Раздел 1. Введение. Введение в проблематику курса «Психология человека», а также согласование личных интересов и ожиданий обучающихся с действительными целями и задачами курса. Значение курса в формировании коммуникативных умений и навыков в оценке конкретной социальной действительности как предпосылки конструктивных действий по отношению к самим себе и к окружающим людям. Понятие «коммуникации». В ходе работы в рамках данной раздела также осуществляется знакомство и сплочение членов группы друг с другом по средствам тренинговых упражнений. Составление декларации группы.

Раздел 2. Общение. Общение как межличностное взаимодействие. Роль общения в жизни и развитии человека. Виды общения. Коммуникативные барьеры в общении. Определение темперамента собеседника. Влияние темперамента человека на его поведение в общении. Особенности невербального общения. Расшифровка языка тела. Самооценка невербального языка. Образ «Я». Роль эмоций в общении. Правила управления собственными эмоциями и эмоциями других людей. Разрушительные и сострадательные эмоции. Причины их возникновения. Искажение информации, стереотипы, ярлыки, мышечные зажимы.

Раздел 3. Деловое общение. Этикет беседы. Умение слушать и слышать. Этикет и ситуации: приветствие, знакомство, прощание. Ведение беседы. Умение вежливо отказать собеседнику. Представления о деловой беседе, эффективных приемах ведения деловой беседы. Тактики и стили ведения беседы. Развитие навыков грамотного построения делового разговора. Правила ведения деловой беседы, убеждения. Развитие навыков постановки открытых и закрытых вопросов. Практические навыки поведения. Понятие манипуляция. Виды манипуляций в общении. Развитие навыка распознавания манипуляций в общении. Как противостоять манипуляциям? Приемы эффективного общения по Д. Карнеги. Барьеры в общении: способы преодоления. Психологические основы публичного выступления. Подготовка к публичному выступлению. Правила успешного выступления. Основные навыки успешного оратора. Развитие навыков рефлексии.

Раздел 4. Конфликты. Понятие о конфликте. Составление и чтение карты конфликта. Типы конфликтных личностей. Характеристика стилей поведения в конфликтной ситуации. Формы завершения конфликта. Стратегии и способы выхода из конфликта. Способы и приёмы воздействия на поведение оппонента. Алгоритм разрешения конфликта. Методы психокоррекции конфликтного поведения.

Раздел 5. Межличностное взаимодействие. Особенности взаимодействия с собеседником в различных медийных жанрах. Виды жанров, их особенности. Рефлексия.

Раздел 1. Введение. Актуализация знаний. Роль общения в жизни и развитии человека.

Раздел 2. Общение. Общение как межличностное взаимодействие. Коммуникативные барьеры в общении. Влияние темперамента человека на его поведение в общении. Невербальное общение. Расшифровка языка тела собеседника. Эмоции в общении. Управление собственными эмоциями и эмоциями других людей. Разрушительные и сострадательные эмоции. Причины их возникновения. Искажение информации, стереотипы, ярлыки, мышечные зажимы. Тактики и стили ведения беседы. Развитие навыков грамотного построения делового разговора. Развитие навыка убеждения. Правила постановки открытых и закрытых вопросов. Техники противостояния манипуляциям. Приемы эффективного общения по Д. Карнеги. Барьеры в общении: способы преодоления. Психологические основы публичного выступления. Правила успешного выступления. Основные навыки успешного оратора. Понятие эмпатии. Развитие навыка эмпатии. Понятие этической защиты. Умение сказать «нет». Способы этической защиты. Виды интервью. Правила ведения интервью. Рефлексия.

Раздел 4. Конфликты. Типы конфликтных личностей. Характеристика стилей поведения в конфликтной ситуации. Формы завершения конфликта. Стратегии и способы выхода из конфликта. Способы и приёмы воздействия на поведение оппонента. Алгоритм разрешения конфликта. Методы психокоррекции конфликтного поведения.

Раздел 5. Межличностное взаимодействие. Особенности взаимодействия с собеседником в различных медийных жанрах. Виды жанров, их особенности. Понятие имидж. Имидж и профессионально-значимые качества. Внешний облик и эстетика. Манеры, речь, жесты, одежда. Цветовая гамма в одежде и внешнем облике. Составление и анализ своего личного и профессионального имиджа.

Раздел 3. Тематическое планирование 10 класс

№	Название раздела, темы	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Знакомство. Декларация группы.	1	
2	Сплочение группы.	3	psihologu.info
3	Общение как межличностное взаимодействие.	1	school-collection.edu.ru
4	Темперамент человека и его проявление в общении.	2	psychology.net.ru
5	Виды общения.	1	psycheya.ru
6	Особенности невербального общения.	2	psihologu.info
7	Роль эмоций в общении.	1	psycheya.ru
8	Этикет беседы.	1	school-collection.edu.ru
9	Умение слушать и слышать.	2	school-collection.edu.ru
10	Обращение. Привлечение внимания. Принятие решений.	2	school-collection.edu.ru
11	Виды манипуляций в общении.	2	psychology.net.ru
12	Техники и приемы эффективного общения	2	psycheya.ru
13	Барьеры в общении: способы преодоления.	3	school-collection.edu.ru
14	Понятие делового общения.	2	school-collection.edu.ru
15	Психологические основы публичного выступления.	3	psihologu.info
16	Способы разрешения конфликтов	2	psycheya.ru
17	Особенности взаимодействия с собеседником в различных медийных жанрах.	3	school-collection.edu.ru
18	Подведение итогов работы за год.	1	
	Итого: 34 часа		

Тематическое планирование 11 класс

№	Название раздела, темы	Кол-во часов	
1	Актуализация знаний.	1	school-collection.edu.ru
2	Личностные особенности человека и их проявление в общении.	2	psycheya.ru
3	Имидж и профессионально-значимые качества	4	school-collection.edu.ru
4	Психологические основы публичного выступления.	5	psycheya.ru
5	Социальные стереотипы.	1	school-collection.edu.ru
6	Манипуляции в общении.	3	psihologu.info
7	Искусство общения и взаимопонимания.	2	
8	Техники и приемы эффективного общения	5	psihologu.info
9	Этическая защита. Умение сказать «нет».	2	
10	Конфликты в межличностных отношениях.	3	psycheya.ru
11	Особенности взаимодействия с собеседником в различных медийных жанрах.	5	psihologu.info
12	Подведение итогов работы за год.	1	
	Итого: 34 часа		