

МИНОБРАЗОВАНИЯ РОССИИ



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

**«Российский государственный гуманитарный университет»
(ФГБОУ ВО «РГГУ»)**

ПРЕДУНИВЕРСАРИЙ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

«Практическая психология общения»
(программа среднего общего образования)

Базовый уровень

Форма обучения (*очная*)

Москва 2023

Название учебного предмета *Практическая психология общения*
 Рабочая программа учебного предмета «*Практическая психология общения*»

Составитель(и):

Учитель психологии Зеленова М. А.

.....
 Ответственный редактор¹

заместитель директора по учебно-воспитательной работе Пивоварова И. М.

УТВЕРЖДЕНО

Протокол заседания Педагогического совета

№_58___ от 25.08.2023

УТВЕРЖДАЮ

Директор Предвуниверсария


 _____ Воробьева И.В.

(подпись, ф.и.о.)

«28» 08, 2023 г

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по учебной работе


 _____ И. М. Пивоварова

Составитель


 _____ М. А. Зеленова

Скорректирована в соответствии с требованиями Приказа МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РФ от 12.08.2022 года № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012г № 413 и Федеральной образовательной программы среднего общего образования утвержденной Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 371 "Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования" (Зарегистрирован 12.07.2023 № 74228) и Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 371 "Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования" (Зарегистрирован 12.07.2023 № 74228)

¹ при его наличии

ОГЛАВЛЕНИЕ	стр	
1. Пояснительная записка	4	
1.1 Цель и задачи учебного предмета		5
1.2. Формируемые компетенции, соотнесённые с планируемыми результатами обучения по предмету)	5	
1.3. Место учебного предмета в структуре образовательной программы		7
2. Структура учебного предмета (поурочное планирование)		7
3. Содержание учебного предмета		11
4. Образовательные технологии	16	
5. Оценка планируемых результатов обучения	20	
5.1. Система оценивания	20	
5.2. Критерии выставления оценок	20	
5.3. Оценочные средства (материалы) для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по предмету		21
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебного предмета		23
6.1. Список источников и литературы		
6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»		
7. Материально-техническое обеспечение учебного предмета		23
8. Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья	23	
9. Методические материалы	24	
9.1. Методические рекомендации по подготовке письменных работ		
9.2. Другие материалы		
Приложения		
Приложение 1. Аннотация учебного предмета		27
Приложение 2. Лист изменений	31	

1. Пояснительная записка

Учебный курс «Практическая психология общения» направлен на удовлетворение специфических познавательных интересов учащихся в области психологии межличностных отношений. Психологические знания и практические умения в области общения позволят старшеклассникам выбрать правильную тактику взаимодействия со сверстниками, родителями, педагогами, а также помогут в реализации своего личностного потенциала склонностей и способностей.

Настоящий курс способствует формированию и развитию психосоциальной компетентности старшеклассников, так необходимой для успешного функционирования в обществе. Можно выделить ряд общекультурных навыков, составляющих психосоциальную компетентность человека:

1. Навыки позитивного и конструктивного отношения к собственной личности – способность познавать свой характер, свои достоинства, недостатки и желания. Эти навыки дают возможность адекватно оценивать себя, свои способности и возможности. Они также являются основой для формирования чувства собственного достоинства.

2. Навыки позитивного общения – способность взаимодействовать с окружающими. Эти навыки помогают устанавливать и поддерживать дружеские взаимоотношения.

3. Навыки самооценки и понимания других – способность адекватно оценивать себя и воспринимать других, осознанная возможность принять людей такими, какими они есть. Эти навыки позволяют правильно вести себя в ситуациях общения и взаимодействия с различными людьми.

4. Навыки управления и самоуправления собственными эмоциями и эмоциональными состояниями – способность адекватно реагировать на собственные эмоции и эмоции других людей.

5. Навык самостоятельного принятия решения – способность принимать конструктивные, взвешенные решения.

6. Навык решения проблемных ситуаций – помогает справиться с проблемами.

Цель и задачи учебного предмета

Цели учебного предмета (модуля):

- 1) показать сложность и многоплановость общения в человеческой деятельности
- 2) повысить уровень психологической компетентности старшеклассников в коммуникативной сфере
- 3) обеспечить их личностное развитие.

Задачи учебного предмета (модуля):

- 1) обеспечение учащихся психологическими знаниями в области общения
- 2) формирование у учащихся практических навыков общения, самопознания, саморазвития
- 3) повышение самооценки и уверенности в себе.

Формируемые компетенции, соотнесённые с планируемыми результатами обучения по предмету

Личностными результатами освоения программы по предмету «Практическая психология общения» являются:

- 1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
- 2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
- 3) готовность к служению Отечеству, его защите;
- 4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- 5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- 6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;
- 7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- 8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- 9) 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;
- 10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
- 11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- 12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
- 13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- 15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

Метапредметными результатами освоения программы по предмету «Практическая психология общения» являются:

- 1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

- 2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- 3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- 4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;
- 5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
- 6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;
- 7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учётом гражданских и нравственных ценностей;
- 8) владение языковыми средствами – умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;
- 9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

Предметными результатами программы по предмету «Практическая психология общения» являются:

- 1) развитие личности обучающихся средствами предлагаемого для изучения учебного предмета, курса: развитие общей культуры обучающихся, их мировоззрения, ценностно-смысловых установок, развитие познавательных, регулятивных и коммуникативных способностей, готовности и способности к саморазвитию и профессиональному самоопределению;
- 2) овладение систематическими знаниями и приобретение опыта осуществления целесообразной и результативной деятельности;
- 3) развитие способности к непрерывному самообразованию, овладению ключевыми компетентностями, составляющими основу умения: самостоятельному приобретению и интеграции знаний, коммуникации и сотрудничеству, эффективному решению (разрешению) проблем, осознанному использованию информационных и коммуникационных технологий, самоорганизации и саморегуляции;
- 4) обеспечение академической мобильности и (или) возможности поддерживать избранное направление образования;
- 5) обеспечение профессиональной ориентации обучающихся.

Место учебного предмета в структуре образовательной программы

Учебная дисциплина «Практическая психология общения» относится к курсам по выбору обучающихся (вариативный компонент образовательного учреждения). Дисциплина предназначена для обучающихся по программе среднего общего образования (старшая школа). Содержание учебного предмета направлено на развитие личностных результатов обучающихся, совершенствование навыков командного взаимодействия, самопознания и творчества обучающихся.

Курс практической психологии общения преподается 2 года – 1 час в неделю в 10х классах и 1 час в неделю в 11х. Программа рассчитана на 70 часов. Возрастная группа: 15-17 лет. Наполняемость группы: 25-28 человек.

2. Структура учебного предмета

Структура учебного предмета (модуля) для очной формы обучения

10 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов
1	Знакомство. Введение в курс. Цели, задачи, ожидания	1
2	Общение. Структура и средства общения.	1
3	Невербальные средства общения	1
5	Речевые средства общения.	1
6	Позиции в общении	1
7	Стили общения.	1
8	Манипуляции в общении.	1
9	Умение сказать «Нет».	1
10	Механизмы межличностного восприятия.	1
11	Каналы восприятия мира человеком.	1
12	Психологические защиты.	1
13	Барьеры в общении.	1
14	Эмоции и чувства человека.	1
15	Конструктивное общение. Контроль эмоций.	1
16	Активное и пассивное слушание.	1
17	Самопрезентация. Приемы расположения к себе.	1

18	Навыки уверенного поведения.	1
19	Конфликт. Стили разрешения конфликтов.	1
20	Управление конфликтом. Сотрудничество.	1
22	Коллектив и личность.	1
23	Лидерство.	1
24	Особенности взаимодействия людей в группе.	1
25	Формирование навыков работы в команде.	1
26	Психологические аспекты семейных отношений.	1
27	Стили семейного воспитания.	1
28	Влияние родителей на самооценку человека.	1
31	Параметры семейной системы. Семейные мифы.	1
32	Составление генограммы.	1
33	Профессиональное самоопределение	1
34	Проектирование жизненного пути.	1
35	Заключительное занятие. Рефлексия.	1
	Всего:	35 часов

11 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов
1	Знакомство. Введение в курс. Цели, задачи, ожидания. История развития психологии. Отрасли психологии.	1

2	Познавательные процессы. Внимание.	1
3	Познавательные процессы. Память.	1
4	Познавательные процессы. Мышление.	1
5	Способности. Интеллект.	1
6	Творческие способности. Креативность.	1
7	Эмоциональный интеллект	1
8	Проверочная работа по теме «Общая психология»	1
9	Личность. Сущность, определение.	1
10	Психоаналитическая теория личности (З.Фрейд)	1
11	Индивидуальная теория личности (А.Адлер)	1
12	Бихевиоризм	1
13	Гуманистическая психология (А.Маслоу)	1
14	Проверочная работа по теме «Теории личности»	1
15	Темперамент.	2
16	Характер.	1
17	Самосознание. «Я-концепция»	1
18	Самоотношение. Уверенность в себе.	1
19	Проверочная работа по теме «Личность»	1
20	Эмоции и чувства.	1
21	Дружба.	1
22	Любовь. Экология и психология любви	1
23	Страхи и тревоги.	1

24	Стресс	1
25	Приемы саморегуляции	1
26	Проверочная работа по теме «Эмоциональный мир человека»	1
27	Профилактика аддиктивного поведения. Курение.	1
28	Профилактика аддиктивного поведения. Вся правда о наркотиках	1
29	Позитивное мышление	1
30	Психологические особенности ребенка	1
31	Подростковый возраст	1
32	Юность	1
33	Проверочная работа по теме «Возрастная психология»	1
34	Рефлексия курса. Подведение итогов	1
	Всего:	35 часов

3. Содержание учебного предмета

10 класс

1. Знакомство. Введение в курс. Цели, задачи, ожидания.
2. Общение
 - 2.1. Структура и средства общения.
Общая характеристика общения и его функции. Структура общения: коммуникативная, интерактивная и перцептивная стороны. Язык как главное средство общения. Классификация средств общения. Вербальные (речевые), паравербальные (*фонационные, кинетические, графические*), невербальные.
 - 2.2. Невербальные средства общения.
Понятие невербального общения. Происхождение невербальных способов общения. Функции невербального кода.
 - 2.3. Речевые средства общения

Язык как средство речевого общения. Функции языка. Виды и особенности речевого общения. Речевой этикет.

2.4. Позии общения

Три основные позиции в общении: Родитель, Взрослый и Ребенок. Основные характеристики позиций, распределение взаимодействий. Виды транзакций.

2.5. Стили общения

Авторитарный, демократический и либеральный стиль. Стиль общения и межличностное взаимодействие.

2.6. Манипуляции в общении

Манипулирование как скрытое управление. Осознанные и неосознанные виды воздействия. Приемы манипуляций: воздействие любовью, страхом, жалостью, виной, гордостью. Как избежать манипулятивного воздействия.

2.7. Умение сказать «Нет»

Ассертивность как умение отказывать. Важность этого навыка. Практические упражнения для развития ассертивности.

3. Восприятие

3.1. Механизмы межличностного восприятия.

Понятие социальной перцепции. Основные механизмы - идентификация, эмпатия, децентрация, социальная рефлексия, аттракция, каузальная атрибуция. Эффекты межличностного восприятия.

3.2. Каналы восприятия мира человеком.

Основные пять каналов (модальностей восприятия): зрительный, слуховой, тактильный, вкусовой, обонятельный. Аудиалы, визуалы и кинестетики: способы определения, базовые принципы взаимодействия.

4. Психологические защиты.

Защиты как психологические конструкты личности. Функции защит. Первичные и вторичные психологические защиты, основные различия. Связь между предпочитаемыми защитами и типом личности.

5. Барьеры в общении.

Виды психологических барьеров: первое впечатление, конфликт в стилях мышления, несовпадение темпераментов, различия целей, моральный барьер. Способы преодоления психологических барьеров.

6. Эмоции и чувства человека

Определение эмоций. Основные подходы к изучению эмоций. Эмоции и чувства – сходства и различия. Позитивные и негативные эмоции. Возможности регулирования эмоций.

7. Конструктивное общение. Контроль эмоций.

Что такое конструктивное общение. Значение умения общаться. Способы снижения эмоциональной напряженности. Конструктивное выражение негативных чувств. Метод Я-высказывания. Метод позитивных утверждений. Метод безоценочного суждения.

8. Активное и пассивное слушание

Что такое активное, пассивное и эмпатическое слушание. Приемы активного слушания. Выполнение упражнений на активное слушание.

9. Самопрезентация. Приемы расположения к себе.

Понятие самопрезентации. Приемы расположения к себе.

Фактор превосходства. Фактор привлекательности. Фактор демонстрации определенного отношения. Упражнение на закрепление навыков самопрезентации.

10. Навыки уверенного поведения.

Важность формирования уверенного поведения у подростков. Основные характеристики: целенаправленность; ориентация на преодоление возникающих препятствий, а не на переживание по их поводу; гибкое, подразумевающее адекватную реакцию на быстро меняющую обстановку; социально ориентированное; сочетающее спонтанность с возможностью произвольной регуляции; настойчивое, но не переходящее

в агрессивное; направленное на достижение успеха, а не на избегание неудачи; созидательное.

11. Конфликт.

11.1. Стили разрешения конфликтов.

5 основных стилей разрешения конфликтов: конкуренция, уклонение, приспособление, сотрудничество, компромисс. Характеристика каждого из стилей. Адаптивные и неадаптивные стили разрешения конфликтов.

11.2. Управление конфликтом. Сотрудничество.

Основные методы управления конфликтами: внутриличностные; структурные; межличностные; переговоры; соответствующие агрессивные действия.

Решение конфликтов посредством сотрудничества.

12. Коллектив и личность.

Взаимоотношения личности и коллектива. Взаимовлияние. Мера влияния личности на коллектив: авторитет, руководство, лидерство.

13. Лидерство.

Лидерство как процесс социального влияния. Предпосылки лидерства. Теории лидерства. Стили лидерства. Формальное и неформальное лидерство.

14. Особенности взаимодействия людей в группе.

Понятие и характеристика группы. Формальные и неформальные группы. Групповое давление. Конформизм. Особенности нахождения индивида в группе.

15. Формирование навыков работы в команде.

Основные правила и инструменты формирования команды. Навыки работы в команде:

- совпадение/пересечение общей командной цели с индивидуальными целями участников;
- принятие личной ответственности каждым членом команды за результат командной работы;
- ситуационное лидерство (лидерство под поставленную задачу) и гибкое изменение стиля собственного поведения в соответствии с особенностями задачи;
- конструктивное взаимодействие членов команды и самоуправление;
- принятие единого командного решения и его согласование с членами команды.

Формирование командного духа.

16. Семья

16.1. Психологические аспекты семейных отношений.

Факторы, влияющие на стабильность брака. Семейные роли. Психологическая совместимость. Преодоление конфликтов в семье.

16.2. Стили семейного воспитания.

Понятие стилей воспитания. Болдуин: демократический и контролирующий стиль. Баумринд: авторитетные родители, авторитарные родители, снисходительные родители, безразличные родители. Критерии семейных отношений. Аномальные стили семейного воспитания.

16.3. Влияние родителей на самооценку человека.

Степень влияния родителей на самооценку. Значимые аспекты: завышенные требования родителей, личностные особенности родителей, излишне эмоциональная борьба с недостатками ребенка, чрезмерная строгость в правилах и установках, отношения со вторым родителем ребенка, обстоятельства рождения ребенка.

16.4. Параметры семейной системы. Семейные мифы.

Семейные мифы («мы - герои», «мы – дружная семья», «мы - спасатели», «мы – люди с образованием») и их влияние на ребенка. Культурно заданные и уникальные семейные правила. Внутренние и внешние границы семьи. Функциональные и дисфункциональные стабилизаторы семейной системы.

16.5. Составление генограммы.

Генограмма как инструмент психологического консультирования. Правила составления генограммы. Основные обозначения. Составление генограммы собственной семьи.

17. Профессиональное самоопределение.

Определение. Этапы профессионального самоопределения учащихся. Особенности самоопределения старшеклассников.

18. Проектирование жизненного пути.

5 групп профессий:

Человек – человек

Человек – знаковая система

Человек – природа

Человек – техника

Человек – художественный образ.

Различные методики профориентации.

19. Заключительное занятие. Рефлексия.

11 класс

1. Знакомство. Введение в курс. Цели, задачи, ожидания. История развития психологии. Отрасли психологии.

2. Психология познавательных процессов. Определение познавательных процессов. Специфические и неспецифические познавательные процессы.

2.1. Познавательные процессы. Внимание.

Определение внимания. Сущность, функции и виды внимания. Произвольное и непроизвольное внимание. Устойчивость, концентрация, распределение, переключение, объем внимания. Рассеянность и ее виды.

2.2. Познавательные процессы. Память.

Память как психический процесс. Определение. Теоретические и экспериментальные исследования памяти. Виды памяти по критериям. Произвольная и непроизвольная память. Кратковременная, долговременная и оперативная память. Объем памяти. Закон Эббингауза.

1.3. Познавательные процессы. Мышление.

Общее понятие о мышлении. Особенности мышления – опосредованность, обобщенность. Формы мышления. Типы и виды мышления. Мыслительные процессы.

2. Способности

3.1. Интеллект

Составляющие интеллекта и его роль. Различные взгляды на интеллект. Способы измерения уровня интеллекта. Недостаточность интеллекта.

3.2. Креативность

Креативность с точки зрения психологии. Гипотезы происхождения креативности. Критерии креативности. Тест Пола Торренса как основной инструмент измерения творческих способностей. Способы развития креативного мышления.

3.3. Эмоциональный интеллект

Понятие эмоционального интеллекта. История изучения. Модели эмоционального интеллекта, его составляющие в разных моделях. Методы измерения ЭИ.

3. Личность.

4.1. Сущность и определение личности в психологии. История развития взглядов на личность, основные подходы к изучению.

4.2. Психоаналитическая теория личности (З.Фрейд)

Жизненный путь З. Фрейда и основные компоненты его теории. Структурные компоненты личности – Я, Сверх-Я, Оно. Структура сознания и бессознательного. Стадии развития по Фрейду. Последователи Фрейда и критика его теории.

4.3. Индивидуальная теория личности (А.Адлер)

4. Основные принципы индивидуальной психологии. 4 типа поведения. Влияние общества на личность в теории Адлера.

4.4. Бихевиоризм

5. Бихевиоризм в психологии - теория, направления, представители, основные положения. Когнитивно-поведенческая терапия в своем современном состоянии. Лечение фобий и ОКР в рамках когнитивно-поведенческого подхода.

4.5. Гуманистическая психология (А.Маслоу)

Гуманистическая психология как альтернатива фрейдизма и бихевиоризма. Фундаментальные тезисы. Иерархия потребностей. Метапотребности. Принципы мотивации человека.

6. Темперамент

История изучения темперамента с древности до наших дней – основные подходы. Понятие экстраверсии, интроверсии и нейротизма. 4 типа темперамента и их основные психологические характеристики. Тест Айзенка как основной метод определения типа темперамента.

7. Характер

Понятие характера. Связь характера с темпераментом и личностью. Различные подходы к структуре характера и их классификации. Черты характера. Акцентуации характера.

8. Самосознание. «Я-концепция»

Самосознание как совокупность психических процессов. Самопознание, самооценка, самоконтроль и самопринятие. «Я-концепция» как психологическое явление. «Я-реальное» и «Я-идеальное». Возможные нарушения поведения при неблагоприятной «Я-концепции».

9. Самоотношение. Уверенность в себе.

Самоотношение как эмоциональный компонент самосознания. Характеристиками позитивного самоотношения. Возможная психологическая помощь при проблемах с самоотношением.

10. Эмоции и чувства.

Определение эмоций. Основные подходы к изучению эмоций. Эмоции и чувства – сходства и различия. Позитивные и негативные эмоции. Возможности регулирования эмоций.

10. Дружба

Дружба с точки зрения психологии. Метафоры дружбы. Дружба как межличностная аттракция. Понятие дружбы в основных психологических теориях. Правила дружбы.

11. Любовь. Экология и психология любви.

Определение любви. Любовь и биохимия головного мозга. Теории любви. Психологические установки по отношению к любви. Взгляды на любовь Э. Фромма.

12. Страхи и тревоги

Разница между страхом и тревогой. Страх и тревога как адаптивные механизмы выживания. Социальная и школьная тревожность. Личностная и ситуативная тревожность. Экзистенциальная тревога. Методики измерения тревожности. Основные подходы к лечению фобий.

13. Стресс

11. Физиологический и психологический стресс. Эмоции при стрессе. Концепция стресса Р. Сенье. Этапы развития стрессового состояния у человека. Эустресс и дистресс. Способы борьбы со стрессом.

14. Приемы саморегуляции

Практические и психологические навыки саморегуляции. Эффекты саморегуляции – успокоение, восстановление, активизация. Методы и приемы саморегуляции. Управление дыханием. Управление эмоциями. Визуализации. Арт-терапевтические техники саморегуляции.

15. Профилактика аддиктивного поведения.

15.1. Курение.

Курение как один из видов психологической зависимости. Психологические причины курения. Способы борьбы с курением.

15.2. Вся правда о наркотиках

Наркотическая зависимость в ряду зависимостей. Физиологическая и психологическая зависимость. Механизм формирования наркотической зависимости. Психотерапия наркозависимости – общие рекомендации.

16. Позитивное мышление.

Позитивное мышление как отличительный признак самосовершенствования. Преимущества позитивного мышления. Техника остановки мыслей. Аффирмации.

17. Возрастная психология

17.1. Психологические особенности ребенка

Характеристика раннего возраста. Кризис трех лет. Младший дошкольный возраст. Социализация и общение дошкольников со сверстниками. Младший школьник – учебная деятельность, взаимодействие со сверстниками и взрослыми.

17.2. Подростковый возраст

Психологические особенности подросткового возраста. Стремление к сепарации и кризис идентичности. Возможные психологические проблемы в подростковом возрасте. Акцентуации характера.

17.2. Юность

Психологические особенности юношеского возраста. Закон неравномерности созревания и развития. Половозрастные особенности, специфика эмоциональных реакций, структура общения, самооценка.

18. Рефлексия и подведение итогов.

4. Образовательные технологии

10 класс

№ п/п	Наименование раздела	Виды учебных занятий	Образовательные технологии
1	2	3	4
	Знакомство. Введение в курс. Цели, задачи, ожидания	Лекции, семинары.	Вводная лекция, развернутая беседа
	Общение. Структура и средства общения.	Лекции, семинары	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа.
	Невербальные средства общения	Комбинированные уроки, практические работы.	Развернутая беседа. Сообщения по теме.
	Речевые средства общения.	Лекции, семинары.	Лекции с использованием видеоматериалов.
	Позиции в общении	Семинары, практические работы, решение задач.	Развернутая беседа. Сообщения по теме.
	Стили общения.	Семинары	Развернутая беседа.

Манипуляции в общении.	Лекция	Лекция с использованием видеоматериалов.
Умение сказать «Нет».	Семинары	Развернутая беседа.
Механизмы межличностного восприятия.	Комбинированные уроки, лекции, семинары.	Лекции с использованием видеоматериалов, развернутая беседа.
Каналы восприятия мира человеком.	Лекция	Лекции с использованием видеоматериалов.
Психологические защиты.	Лекции, семинары, контрольная работа.	Лекции с использованием видеоматериалов.
Барьеры в общении.	Комбинированные уроки, лекции.	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа.
Эмоции и чувства человека.	Семинары, практические работы.	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа. Сообщения по теме.
Конструктивное общение. Контроль эмоций.	Комбинированные уроки, лекции, семинары.	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа.
Активное и пассивное слушание.	Практическая работа	Развернутая беседа.
Самопрезентация. Приемы расположения к себе.	Семинары	Развернутая беседа.
Навыки уверенного поведения.	Лекции	Лекции с использованием видеоматериалов.
Конфликт. Стили разрешения конфликтов.	Семинар, решение задач	Развернутая беседа
Управление конфликтом. Сотрудничество.	Комбинированные уроки, лекции, семинары.	Лекции с использованием видеоматериалов, развернутая беседа
Коллектив и личность.	Семинар	Развернутая беседа
Лидерство.	Лекция	Лекции с использованием видеоматериалов.
Особенности взаимодействия людей в группе.	Комбинированные уроки, лекции, семинары, практические работы.	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа.
Формирование навыков работы в команде.	Практическая работа	Развернутая беседа
Психологические аспекты семейных отношений.	Комбинированные уроки, лекции, семинары.	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа.
Стили семейного воспитания.	Лекция	Лекции с использованием видеоматериалов.

	Влияние родителей на самооценку человека.	Лекции, семинары	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа.
	Параметры семейной системы. Семейные мифы.	Лекции, семинары, контрольная работа	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа.
	Составление генограммы.	Лекции, семинары, практическая работа.	Развернутая беседа. Сообщения по теме.
	Профессиональное самоопределение	Комбинированные уроки, лекции, семинары.	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа. Сообщения по теме.
	Проектирование жизненного пути.	Комбинированные уроки, лекции, семинары.	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа. Сообщения по теме.
	Заключительное занятие. Рефлексия.	Семинар	Развернутая беседа

11 класс

№ п/п	Наименование раздела	Виды учебных занятий	Образовательные технологии
1	2	3	4
	Знакомство. Введение в курс. Цели, задачи, ожидания. История развития психологии. Отрасли психологии.	Лекции, семинары.	Вводная лекция, развернутая беседа
	Познавательные процессы. Внимание.	Лекции, семинары	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа.
	Познавательные процессы. Память.	Комбинированные уроки, лекции, семинары, практические работы, самостоятельные работы, решение задач, зачет.	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа. Сообщения по теме.
	Познавательные процессы. Мышление.	Лекции, семинары.	Лекции с использованием видеоматериалов.
	Способности. Интеллект.	Комбинированные уроки, лекции, семинары, практические работы, самостоятельные работы, решение задач, зачет.	Развернутая беседа. Сообщения по теме.
	Творческие способности. Креативность.	Семинары	Развернутая беседа.

	Эмоциональный интеллект	Лекция	Лекция с использованием видеоматериалов.
	Проверочная работа по теме «Общая психология»	Контрольная работа.	Развернутая беседа.
	Личность. Сущность, определение.	Комбинированные уроки, лекции, семинары.	Лекции с использованием видеоматериалов.
	Психоаналитическая теория личности (З.Фрейд)	Лекция	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа.
	Индивидуальная теория личности (А.Адлер)	Лекция	Лекции с использованием видеоматериалов.
	Бихевиоризм	Комбинированные уроки, лекции.	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа. Сообщения по теме.
	Гуманистическая психология (А.Маслоу)	Комбинированные уроки, лекции, семинары.	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа. Сообщения по теме.
	Проверочная работа по теме «Теории личности»	Контрольная работа.	
	Темперамент.	Лекция, решение задач	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа.
	Характер.	Лекции, семинары	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа.
	Самосознание. «Я-концепция»	Лекция	Лекции с использованием видеоматериалов.
	Самоотношение. Уверенность в себе.	Семинар, решение задач	Развернутая беседа
	Проверочная работа по теме «Личность»	Контрольная работа	
	Эмоции и чувства.	Семинар	Развернутая беседа
	Дружба.	Лекции, семинары	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа.

Любовь. Экология и психология любви	Лекции, семинары	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа.
Страхи и тревоги.	Комбинированные уроки, лекции, семинары	Лекции с использованием видеоматериалов.
Стресс	Комбинированные уроки, лекции, семинары, практические занятия	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа.
Приемы саморегуляции	Практические занятия	Развернутая беседа.
Проверочная работа по теме «Эмоциональный мир человека»	Контрольная работа	
Профилактика аддиктивного поведения. Курение.	Лекции, семинары	Лекции с использованием видеоматериалов.
Профилактика аддиктивного поведения. Вся правда о наркотиках	Лекции, семинары	Лекции с использованием видеоматериалов.
Позитивное мышление	Комбинированные уроки, лекции, семинары	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа.
Психологические особенности ребенка	Семинар	Развернутая беседа.
Подростковый возраст	Комбинированные уроки, лекции	Лекции с использованием видеоматериалов. Развернутая беседа.
Юность	Лекция	Лекции с использованием видеоматериалов.
Проверочная работа по теме «Возрастная психология»	Контрольная работа	
Рефлексия курса.	Семинар	Развернутая беседа

5. Оценка планируемых результатов обучения

Система оценивания

Название	Сокращение	Шкала	Вес оценки
Контрольная работа	Контр	Пятибалльная	4
Проектная работа	Проект	Пятибалльная	5
Зачет	Зачет	Пятибалльная	5
Сообщение	Сообщ	Пятибалльная	2
Эссе	Эссе	Пятибалльная	3

Тест	Тест	Пятибалльная	3
Устный ответ	Ответ	Пятибалльная	2

Критерии выставления оценки по предмету²

Вид ответа	Оценка	Критерии
Устный ответ	5	Ученик: 1) верно понимает сущность изученных явлений, законов и теорий 2) пользуется научной терминологией, говорит грамотно 3) излагает материал осознанно и самостоятельно 4) может привести свои примеры, понимает связь с изученным ранее материалом
	4	1) ответ правильный, материал изложен самостоятельно и в определенной логической последовательности, допущены несущественные ошибки или некоторая неполнота ответа 2) ученик не приводит собственных примеров
	3	Ученик: 1) знает большую часть изучаемого материала, но допускает существенные ошибки 2) затрудняется самостоятельно и логично отвечать, ему требуются наводящие вопросы учителя
	2	Ученик показывает незнание существенной части материала, не может ответить на наводящие вопросы, допускает грубые ошибки.
	1	Ученик не может ответить ни на один поставленный вопрос.
Письменный ответ	5	90-100% правильно <u>выполненной работы</u>
	4	70-89 % правильно выполненной работы
	3	51-69 % правильно выполненной работы
	2	20-50 % правильно выполненной работы
	1	0-19 % правильно выполненной работы

Оценочные средства (материалы) для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по предмету

Психологические границы и коммуникация в отношениях. Проверочная работа

1. Что такое границы в психологическом смысле? Попробуйте сформулировать определение своими словами.
2. Какие виды границ существуют? Назовите 4 вида границ, приведите по одному примеру на каждый из них.
- 3.3 признака, что ваши границы нарушаются.
- 4.3 способа нарушить чужие границы.

² Могут уточняться и дополняться в соответствии со спецификой учебного предмета, установленных форм контроля, применяемых технологий обучения и оценивания.

5. Из-за каких страхов мы позволяем нарушать свои границы? Выберите один и обоснуйте, почему этого не стоит бояться.
6. Что важно в слушании?
7. На каком уровне коммуникации вина и правота становятся неважными? Что происходит с этими чувствами на трех уровнях коммуникации?
8. Как вам кажется, без чего хорошая коммуникация в паре невозможна?
9. Почему для качественной коммуникации важны зоны ответственности?
10. Чтобы понять друг друга, важны уточнения и вопросы. Почему и как они помогают?

Диагностическая работа по первичным и вторичным психологическим защитам:

Инструкция: вашему вниманию предлагаются монологи людей, использующих те или иные психологические защиты. Внимательно прочитайте их и укажите, какая из защит используется в каждом случае.

1. Н. постоянно играет в компьютерные игры, когда Л. хочет провести время вместе.
 1. В. ходит на работу, несмотря на то, что больна.
 2. А. боится летать на самолетах (1), но ее друг Б говорит, что все будет хорошо, т.к. он будет удерживать самолет в воздухе силой мысли (2).
 3. С. – великолепен! Он лучший, с кем я встречалась! Настоящий мужчина, и так много работает!
(через месяц)
Этот отвратительный С. постоянно меня контролирует и злится! И столько работает, что на меня не хватает времени!
 4. Я думаю подарить М. книгу на день Рождения. Мне она очень понравилась, думаю ей понравится тоже.
 5. П. не умеет работать и совсем не справляется со своими обязанностями. Будущее за З. Только он способен все изменить к лучшему.
 6. Я совсем не злюсь на свою маму, просто я много работаю и не успеваю ни приехать к ней, ни общаться по телефону.
 7. Когда мне не по себе, я заболела и не иду на занятия.
 8. Это все моя вина, моя ошибка. Я не справилась с этой работой, поэтому и отвечать только мне.
 9. Пока я без девушки, есть время заняться творчеством. Много всего у меня внутри. Пожалуй, начну роман.
 10. Что ж такое! Второй день забываю, что должна отдать тебе долг.

Темы проектных работ по психологии

- 1) Влияние депрессии на успеваемость у подростков.
- 2) Колебания тревожности у старшеклассников в течение учебного года.
- 3) Темперамент как психологический фундамент личности.
- 4) Сравнение темперамента учеников и преподавателей Предуниверсария.
- 5) Уровень эмпатии современных старшеклассников.
- 6) Исследование эмоционального интеллекта учеников Предуниверсария.
- 7) Социальные сети как новая коммуникативная реальность: психологические аспекты.
- 8) Мессенджеры как новая коммуникативная реальность: психологические аспекты.
- 9) Гендерные различия в агрессивном поведении.
 - 1) Пассивно-агрессивное поведение: причины, признаки, механизмы.

- 2) Психодиагностика как инструмент для самоисследования.
- 3) Профорориентационные тесты для подростков: возможности и ограничения.
- 4) Определения суицидального риска у подростков: эффективность методик.
- 5) Самоповреждающее поведение у подростков.
- 6) Буллинг и кибербуллинг.
- 7) Психологические аспекты лжи.
- 8) Мысленный эксперимент в психологии. Исследование «проблемы вагонетки».
- 9) Специфика проявлений депрессии у старших подростков.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебного предмета

Для учителя:

1. Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников: - М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС,2003 г.

Для учащихся:

2. Курс практической психологии/ Р.Р.Кашапов. – Ижевск.: Изд-во Удм. ун-та,2007.
3. Крысько В.Г. Социальная психология: словарь - справочник. – Мн.: Харвест, М.: АСТ, 2007.
4. Атлас по психологии» М.В. Гамезо. М.: Педагогическое общество России, 2006.
5. К.Платонов «Занимательная психология». – СПб.: Издательство «Питер», 2003.
6. К.Платонов Краткий психологический словарь, М.: АСТ, 2005.
7. Зуева Ф.А. «Основы профессионального самоопределения. Предпрофильная подготовка. – Челябинск: Взгляд, 2008.
8. Столяренко Л.Д. «Психология: 100 экзаменационных ответов. – М.: ИКЦ «Март», 2010.
9. Реан А.А., Гатанов Ю.Б., Баранов А.А. «Психология 8-11 класс. Учебник». – СПб.: Издательство «Питер», 2007.
10. Д. Сигел. Растущий мозг. Как нейронаука и навыки майндсайт помогают преодолеть проблемы подросткового возраста. М.: Эксмо, 2016
11. А. И. Захаров. Неврозы у детей и подростков. М., 1988
12. <https://psytests.org/test.html>
13. <https://psyfactor.org/top.htm>

Интернет-ресурсы

1. Городской методический центр. Методическое пространство для учителей средней и старшей школы. <https://mosmetod.ru>.
2. Российская электронная школа <https://resh.edu.ru/>
3. Библиотека Московской электронной школы <https://uchebnik.mos.ru/catalogue>
4. Образовательный видеопортал UniverTV http://univertv.ru/lekcii_po_psihologii/
4. Библиотека видеуроков по школьной программе на сайте "Interneturok" <https://interneturok.ru/>
6. Библиотека психологической литературы «Флогистон» www.flogiston.ru
7. Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов: [http:// schoolcollection.edu.ru](http://schoolcollection.edu.ru)
8. Издательский дом «1 сентября» <http://psy.1september.ru/>

7. Материально-техническое обеспечение учебного предмета (модуля)

Мультимедийное оборудование, интерактивная доска, маркерная доска, учебные фильмы, таблицы.

8. Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья

При необходимости рабочая программа учебного предмета может быть адаптирована для обеспечения образовательного процесса лицам с ограниченными возможностями здоровья, в том числе для дистанционного обучения. Для этого от обучающегося требуется представить заключение психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК) и личное заявление (заявление законного представителя).

В заключении ПМПК должно быть прописано:

- рекомендуемая учебная нагрузка на обучающегося (количество дней в неделю, часов в день);
- оборудование технических условий (при необходимости);
- сопровождение и (или) присутствие родителей (законных представителей) во время учебного процесса (при необходимости);
- организация психолого-педагогического сопровождения обучающегося с указанием специалистов и допустимой нагрузки (количества часов в неделю).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся при необходимости могут быть созданы фонды оценочных средств, адаптированные для лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности всех компетенций, заявленных в образовательной программе.

Форма проведения текущей и итоговой аттестации для лиц с ограниченными возможностями здоровья устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно (на бумаге, на компьютере), в форме тестирования и т.п.). При необходимости студенту предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.

9. Методические материалы³

9.1. Методические рекомендации по подготовке письменных работ⁴

Правила оформления проектной работы.

Структура работы должна быть представлена следующим образом:

- титульный лист;
- содержание;
- введение;
- главы основной части;
- выводы;
- заключение;
- список литературы;
- приложения.

³ Методические материалы по предмету могут входить в состав рабочей программы, либо разрабатываться отдельным документом.

⁴ В раздел включаются требования к подготовке, содержанию, и оформлению письменных работ предусмотренных учебным планом или рабочей программой (курсовая работа, эссе, реферат, доклад и т.п.). При наличии кафедральных или факультетских рекомендаций по подготовке письменных работ раздел включается в РПД по усмотрению преподавателя - составителя. Если письменная работа не предусмотрена, раздел не включается.

Титульный лист является первой страницей научно-исследовательской работы и заполняется по определенным правилам. В верхнем поле указывается полное наименование учебного заведения, на базе которых осуществляется исследование. В среднем поле дается заглавие работы, которое оформляется без слова «тема» и в кавычки не заключается. После заглавия указывается вид научно – исследовательской работы. Ниже, ближе к правому краю титульного листа, указываются фамилия, имя, отчество исполнителя и далее фиксируется фамилия, имя отчество руководителя, его научное звание (если имеется) и должность. В нижнем поле указываются местонахождение учебного заведения и год написания работы.

Содержание помещается на второй странице. В нем приводятся названия глав и параграфов с указанием страниц, с которых они начинаются. Заголовки оглавления должны точно повторять название глав и параграфов в тексте. При оформлении заголовки ступеней одинакового уровня необходимо располагать друг под другом. Заголовки каждой последующей ступени смещаются на пять знаков вправо по отношению к заголовкам предыдущей ступени. Все они начинаются с заглавной буквы без точки в конце. Номера страниц фиксируются в правом столбце содержания.

Главы и параграфы нумеруются по многоуровневой системе, то есть обозначаются цифровыми номерами, содержащими во всех ступенях номер своей рубрики и рубрики которой они подчинены. Введение и заключение не нумеруются.

Во введении, фиксируется проблема, актуальность, практическая значимость исследования; определяются объект и предмет исследования; указываются цель и задачи исследования; коротко перечисляются методы работы. Все перечисленные выше составляющие введения должны быть взаимосвязаны друг с другом.

Работа начинается с **постановки проблемы**, которая способствует определению направления в организации исследования, и представляет собой знания не о непосредственной предметной реальности, а о состоянии знания об этой реальности. Ставя проблему, исследователь отвечает на вопрос: «Что нужно изучить из того, что раньше не было изучено?» В процессе формулирования проблемы важное значение имеет постановка вопросов и определение противоречий.

Выдвижение проблемы предполагает далее обоснование актуальности исследования. При ее формулировании необходимо дать ответ на вопрос: почему данную проблему нужно изучать в настоящее время?

После определения актуальности необходимо определить **объект и предмет** исследования.

В литературе можно встретить трактование понятия **объекта** исследования в двух значениях. Во-первых, объект исследования интерпретируется как процесс, на что направлено познание или явление, порождающее проблемную ситуацию и избранное для изучения. Во-вторых, под объектом понимают носителя изучаемого явления, например, некоторые авторы в качестве объекта исследования выделяют представителей той или иной социальной группы.

Предмет исследования более конкретен и дает представление о том, как новые отношения, свойства или функции объекта рассматриваются в исследовании. Предмет устанавливает границы научного поиска в рамках конкретного исследования.

Кроме объекта и учебного предмета исследования, во введении должны быть четко определены **цель и задачи** исследования.

Под целью исследования понимают конечные, научные и практические результаты, которые должны быть достигнуты в итоге его проведения.

Задачи исследования представляют собой все последовательные этапы организации и проведения исследования с начало до конца.

Важным моментом в работе является **формулирование гипотезы**, которая должна представлять собой логическое научно обоснованное, вполне вероятное предположение, требующее специального доказательства для своего окончательного утверждения в качестве теоретического положения.

— Гипотеза считается научно состоятельной, если отвечает следующим требованиям:

- не включает в себя слишком много положений;
- не содержит не однозначных понятий;
- выходит за пределы простой регистрации фактов, служит их объяснению и предсказанию, утверждая конкретно новую мысль, идею;
- проверяема и приложима к широкому кругу явлений;
- не включает в себя ценностных суждений;
- имеет правильное стилистическое оформление.

Главы основной части посвящены раскрытию содержания научно – исследовательской работы.

Первая глава основной части работы обычно целиком строится на основе анализа научной литературы. При ее написании необходимо учитывать, что основные подходы к изучаемой проблеме, изложенные в литературе, должны быть критически проанализированы, сопоставлены и сделаны соответствующие обобщения и выводы.

- В процессе изложения материала целесообразно отразить следующие аспекты:
- определить, уточнить используемые в работе термины и понятия;
- изложить основные подходы, направления исследования по изучаемой проблеме, выявить, что известно по данному вопросу в науке, а что нет, что доказано, но недостаточно полно и точно;
- обозначить виды, функции, структуру изучаемого явления;
- перечислить особенности формирования (факторы, условия, механизмы, этапы) и проявления (признаки, нормативное и патологическое функционирование) изучаемого явления.

В целом при написании основной части работы целесообразно каждый раздел завершать кратким резюме или выводами. Они обобщают изложенный материал и служат логическим переходом к последующим разделам.

Структура главы может быть представлена несколькими параграфами и зависит от темы, степени разработанности проблемы в психологии, от вида работы обучающегося.

В последующих частях работы, имеющей **опытно-экспериментальную часть**, дается обоснование выбора тех или иных методов и конкретных методик исследования, приводятся сведения о процедуре исследования и ее этапах, а также предлагается характеристика групп респондентов.

При описании методик обязательными данными является: ее название, автор, показатели и критерии, которые в дальнейшем будут подвергаться статистической обработке.

В характеристику респондентов принято включать сведения о количестве испытуемых, их квалификации, возраст, пол и другие данные, значимые для интерпретации.

Далее приводится список всех признаков, которые были включены в обработку, описание математико-статистического анализа, сведения об уровнях значимости, достоверности сходства и различий.

После этого в работе приводятся результаты исследования, таблицы. Если таблицы громоздки, их лучше дать в приложении. В приложении можно поместить несколько наиболее интересных или типичных иллюстраций, рисунков и т. д.

Раздел экспериментальной части работы завершается интерпретацией полученных результатов. Описание результатов целесообразно делать поэтапно, относительно ключевых моментов исследования. Анализ экспериментальных данных завершается выводами. При их составлении необходимо учитывать следующие правила:

- выводы должны являться следствием данного исследования и не требовать дополнительных измерений;
- выводы должны соответствовать поставленным задачам;

— выводы должны формулироваться лаконично, не иметь большого количества цифрового материала;

— выводы не должны содержать общеизвестных истин, не требующих доказательств.

Изложение содержания работы заканчивается **заключением**, которое представляет собой краткий обзор выполненного исследования. В нем автор может вновь обратиться к актуальности изучения в целом, дать оценку эффективности выбранного подхода, подчеркнуть перспективность исследования. Заключение не должно представлять собой механическое суммирование выводов, находящихся в конце каждой главы основной части. Оно должно содержать то новое, существенное, что составляет итоговые результаты исследования.

В конце, после заключения, принято помещать **список литературы**, куда заносятся только использованные в тексте работы источники. Причем использованными считаются только те работы, на которые есть ссылки в тексте, а не все статьи, монографии, которые прочитал автор в процессе выполнения научно - исследовательской работы.

В приложении определяются материалы объемного характера. Туда можно отнести первичные таблицы, графики, продукты деятельности испытуемых и др. По своему содержанию приложения могут быть разнообразного плана: справочники, нормативно-правовая документация и т.д.

МИНОБРНАУКИ РОССИИ



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный гуманитарный университет»
(ФГБОУ ВО «РГГУ»)

Предуниверсарий РГГУ

(программа среднего общего образования, 10-11 классы)

**Аннотация к рабочей программе
учебного учебного предмета «Практическая психология общения»**

Место в учебном плане	10 класс – 1 ч/нед. 11 класс – 1 ч/нед.
Базовый / углубленный уровень	10 класс – компонент образовательного учреждения 11 класс – компонент образовательного учреждения
Документы в основе составления рабочей программы	1. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012г. N413 в ред. Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014 г. N1645, от 31.12.2015 г. N1578, от 29.06.2017г. N 613, ред. от 11.12.2020) 2. Примерная основная образовательная программа среднего общего образования, одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з) 3. Основная образовательная программа среднего общего образования Предуниверсария РГГУ. Принята решение ученого совета РГГУ от 28.06.2022года протокол № 7. Утверждена ректором РГГУ 0 04.07. 2022 года
Учебники	Л. П. Пономаренко, Р. В. Белоусова. Психология для старшеклассников. В 2 т. – М.: Владос, 2001. – 364 с. Введение в общую психологию. Курс лекций. Гиппенрейтер Ю.Б. 2-е изд. – М.: 2008. – 322 с. Бодалёв А.А. Психология общения. – М.: МПСИ, 2002. – 320 с.
Другие пособия (если используются)	Я. Л. Коломинский. Основы психологии. – М.: АСТ, 2010. – 352 с.
Цифровые образовательные ресурсы	1. Городской методический центр. Методическое пространство для учителей средней и старшей школы. https://mosmetod.ru . 2. Российская электронная школа https://resh.edu.ru/ Библиотека Московской электронной школы https://uchebnik.mos.ru/catalogue

	<p>3. Образовательный видеопортал UniverTV http://univertv.ru/lekcii_po_psihologii/</p> <p>4. Библиотека видеоуроков по школьной программе на сайте "Интернетурок" https://interneturok.ru/</p> <p>5. Библиотека психологической литературы «Флогистон» www.flogiston.ru</p> <p>6. Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов: http:// schoolcollection.edu.ru</p> <p>7. Издательский дом «1 сентября» http://psy.1september.ru/</p>
<p>Структура учебного предмета (порядок основных тем)</p> <p>учебного изучения</p>	<p>10 класс</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Наука психология. Основные понятия, необходимость изучения. 2. Отличия научной психологии от житейской 3. Общение: структура, критерии истинного общения 4. Средства общения: символы и знаки, вербальная и невербальная коммуникация <p>11 класс</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Индивид, индивидуальность, личность 2. Личность в обществе и группе 3. Позиции общения (Е. Е. Кравцова) 4. Трансактная модель общения (Э. Бёрн)
<p>Формы контроля</p>	<p>Устный опрос. Письменные работы (контрольные работы, самостоятельные работы, тесты). Проектные задания</p>
<p>Основные требования к результатам освоения дисциплин</p>	<p>Личностными результатами освоения программы по предмету «Практическая психология общения» являются:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн); 2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности; 3) готовность к служению Отечеству, его защите; 4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире; 5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности; 6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми,

	<p>достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;</p> <p>7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;</p> <p>8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;</p> <p>9) 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;</p> <p>10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;</p> <p>11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;</p> <p>12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;</p> <p>13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;</p> <p>15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.</p> <p>Метапредметными результатами освоения программы по предмету «Практическая психология общения» являются:</p> <p>1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;</p> <p>2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;</p> <p>3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;</p> <p>4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;</p>
--	---

	<p>5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;</p> <p>6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;</p> <p>7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учётом гражданских и нравственных ценностей;</p> <p>8) владение языковыми средствами – умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;</p> <p>9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.</p> <p>Предметными результатами программы по предмету «Практическая психология общения» являются:</p> <p>1) развитие личности обучающихся средствами предлагаемого для изучения учебного предмета, курса: развитие общей культуры обучающихся, их мировоззрения, ценностно-смысловых установок, развитие познавательных, регулятивных и коммуникативных способностей, готовности и способности к саморазвитию и профессиональному самоопределению;</p> <p>2) овладение систематическими знаниями и приобретение опыта осуществления целесообразной и результативной деятельности;</p> <p>3) развитие способности к непрерывному самообразованию, овладению ключевыми компетентностями, составляющими основу умения: самостоятельному приобретению и интеграции знаний, коммуникации и сотрудничеству, эффективному решению (разрешению) проблем, осознанному использованию информационных и коммуникационных технологий, самоорганизации и саморегуляции;</p> <p>4) обеспечение академической мобильности и (или) возможности поддерживать избранное направление образования;</p> <p>5) обеспечение профессиональной ориентации обучающихся.</p>
--	---