МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Московской области

Одинцовский городской округ Московской области

МБОУ Одинцовская СОШ № 8

СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР Филимонов Е. А. Приказ № 257/1 от «18» июня 2025 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор Белякова А. В. Приказ № 257/1 от «18» июня 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Элективного курса «Практическая психология»

Одинцово 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения программы среднего общего образования с учетом выбора участниками образовательных отношений элективных курсов. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всем пространстве школьного образования: не только на уроке, но и за его пределами.

Федеральные государственные образовательные стандарты основного общего образования (ФГОС ООО) и среднего общего образования (ФГОС СОО) ориентированы на становление личностных характеристик выпускника. Согласно ФГОС СОО, личностные результаты освоения образовательных программ включают готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, социальные компетенции, правосознание, способность ставить цели и строить жизненные планы. Повышение уровня психолого-педагогической поддержки школьников наиболее эффективно, если стимулировать самоорганизацию, самостоятельность, самопознание у самих детей, т.е. формировать у них психологическую компетентность.

Психологическая компетентность является неотъемлемой частью профессионального мастерства любого представителя социономических профессий, следовательно, в рамках предпрофессиональной подготовки школьников по социально-педагогическому профилю формирование основ психологической культуры можно рассматривать как залог будущего успеха и в ходе профессионального обучения, и в процессе будущей педагогической и социальной деятельности. Программа внеурочной деятельности «Практическая психология» нацелена на формирование у обучающихся пропедевтических знаний.

Цель программы – формирование у обучающихся пропедевтических знаний в области педагогики и психологии, связанных с выбором профессий социально-педагогической направленности.

Задачи программы:

• дать общее представление обучающимся о педагогике и психологии как науке;

• мотивировать стремление обучающихся к самопознанию и познанию других людей, саморазвитию;

• дать представление о понятиях «социальное взаимодействие» и «коммуникация», базовых основ выстраивании взаимоотношений между людьми в обществе;

• развивать навыки эффективной коммуникации и безопасного поведения;

• способствовать мобилизации личностных ресурсов участников, направленных на формирование активной жизненной позиции;

• формировать предпосылки осознанного выбора будущей профессии, позитивное отношение к профессиональной педагогической и социальной деятельности.

Занятия по данной программе способствуют развитию педагогических и психологических знаний, самосознания (чувства собственного достоинства, адекватной самооценки); помогают раскрыть сущность личностной направленности (потребностей, желаний, целей, смыслов, идеалов, ценностных ориентаций); способствуют развитию эмоциональной сферы (чувств, переживаний, настроений) и пониманию чувств и переживаний других людей.

Рабочая программа разработана на основании следующих документов:

• Письмо Минобрнауки РФ от 12 мая 2011 № 03–296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования;

• Письмо Министерства просвещения РФ от 5 сентября 2018 г. № 03-ПГ-МП-42216 «Об участии учеников муниципальных и государственных школ РФ во внеурочной деятельности»;

• Письмо Минобрнауки РФ от 12 мая 2011 № 03–296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования».

Программа элективного курса «Практическая психология» относится к программам социального направления.

Программа рассчитана на 1 год обучения. Общий объем программы: 34 часа. Программа адресована обучающимся 10-11 классов. Возраст обучающихся – 16-17 лет.

Взаимосвязь с программой воспитания.

Программа элективного курса разработана с учетом рекомендаций примерной программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать ее не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребенка. Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы

внеурочной деятельности, нашедших свое отражение и конкретизацию в примерной программе воспитания;

- в приоритете личностных результатов при освоении программы элективного курса, в частности – развитии субъекта профессионального самоопределения посредством изучаемого курса;

- в использовании методов и форм профессиональной ориентации, встраиваемых в процесс обучения;

- в высокой степени самостоятельности школьников в совместной социально значимой деятельности, что является важным компонентом воспитания ответственного гражданина своей страны;

- в ориентации школьников на подчеркиваемую программой воспитания социальную значимость реализуемой ими деятельности;

- в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлеченность в совместную с педагогом и другими детьми деятельность и возможность образования на ее основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчеркивается примерной программой воспитания.

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

1. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КЛАСТЕР

Модуль 1. Введение в профессию.

Тема 1. Психология как наука и как практика жизнедеятельности человека.

Житейская, научная и прикладная психология. Различные значения термина психология. Научное и житейское психологическое знание.

Тема 2. Психология как профессия.

Человек на пороге профессионального самоопределения. Интересы. Мир возможных увлечений и занятий. Жизненные перспективы и пути их реализации. Мотивация выбора профессии (социально-экономические, познавательные, индивидуально-личностные аспекты). Стадии профессионализации личности.

Практическое занятие. Моя профессия.

Тема 3. Педагогическая профессия, деятельность и культура

Понятие и особенности педагогической профессии. Роль и функции педагога.

Практическое занятие: функции педагога в организации учебно-воспитательной деятельности.

Тема 4. Творчество учителя

Понятие о творчестве учителя. Способы развития творчества учителя. Творческий стиль деятельности учителя.

Практическое занятие: педагогическое творчество и мастерство.

Тема 5. Личностное общение

Мир человеческого общения. Человек в конфликте. Положение человека в группе. Взаимодействие в группе. Жизненная перспектива личности.

Модуль 2. Психология общения.

Тема 1. Коммуникативные навыки и умения

Искусство общения как одна из основных ценностей человека. Понятия «общение», «собеседник». Общение и его слагаемые. Виды и функции общения. Вербальное и невербальное общение. Условия эффективности разговора.

Речевые средства общения: интонация, темп и громкость речи, форма изложения. Активное и пассивное слушание: задачи, решаемые во время слушания. Барьеры общения.

Практическое занятие. Искусство публичного выступления.

Тема 2. Навыки эффективного общения

Искусство общения в группе. Понимаю ли я окружающих? Мой стиль общения. Представление о коммуникативной компетентности. Стороны общения. Интонация. Мимика, жесты, поза, взгляд, язык. «Я-высказывания». «Лестница коммуникативного мастерства».

Практическое занятие. Организация и проведение парламентских дебатов.

Тема 3. Социальные роли, социальное положение

Понятия «альтруизм», «эгоизм», «смысл жизни». Феномен дружбы, выработка правил-отношений, сохраняющих дружбу. «С кем поведешься, от того и наберешься». Работа с афоризмами известных людей. «Вечные вопросы жизни». «Счастье... Каждый сам кузнец...». Игра «Рецепт счастья». Роли ближайшего окружения как источника поддержки. Социальное проектирование, специфика, основные правила составления проектов, оформление работы.

Практическое занятие. Разработка проекта. Умение планировать и реализовывать вместе с командой общий проект.

Тема 4. Конфликты и пути их разрешения

Самоуправление в конфликте. Стили: соперничество, приспособление, избегание, сотрудничество, компромисс. Упражнения «Компромисс», «Апокалипсис». «Отцы и дети»: конфликты поколений. Упражнения «Паутина предрассудков», «Волшебные слова». Толерантность, признаки нетерпимости, толерантные подходы в конфликте.

Практическое занятие. Игра «Наш классный договор». Письмо себе.

Тема 5. Культура виртуального общения

Основы публичного выступления, ораторское искусство, культура речи Неформальное общение. Деловое общение. Этика и культура делового общения. Понятия «мотивация», «целеполагание», «планирование», «успех». Карьера.

Практическое занятие. Упражнение «Карьера великих». Упражнение «Я через 5 лет».

Модуль 3. Основы педагогической информатики.

Тема 1. Работа в программе POWER POINT

Составление презентаций, игр и индивидуального портфолио школьника.

Практическое занятие: составление индивидуального портфолио

Тема 2. Цифровые инструменты

Работа с эл. почтой, работа с облаком, работа с браузерами для поиска обучающей информации.

Практическое занятие: составление облака по выбранной теме.

Тема 3. Презентации. Этапы создания презентации. Сервис Prezi.com. Сервис Canva. Google Презентации.

Практическое занятие. Создание презентации.

Модуль 4. Социально-педагогический практикум.

Тема 1. Организация шефской помощи в младшей школе

Организация внеурочного взаимодействия учащихся 8-9 классов и учащихся младшей школы. Обучение распределению обязанностей и ролевым формам внутригруппового взаимодействия. Формирование чувства ответственности воспитанников за своё поведение и поведение окружающих. Организация досуговой деятельности с младшими школьниками.

Практическое занятие: составление сценария мероприятия для младших школьников

Тема 2. Знакомство с исследовательской деятельностью.

Введение. Особенности проектной и исследовательской деятельности. Основные требования к исследованию. Виды индивидуальных проектов. Основные технологические подходы. Особенности монопроекта и межпредметного проекта.

Подбор противоречивых фактов, интересной информации, продумывание проблемных ситуаций.

Определение темы проекта/исследования. Этапы работы над проектом/исследованием. Методы исследования. Технология составления плана работы. Определение цели, задач проекта, методов. Выбор темы индивидуального проекта. Определение целей, задач исследования, выдвижение гипотез, определение предмета и объекта изучения и методов.

Алгоритм работы с литературой. Алгоритм работы с интернет-ресурсами. Работа с электронным каталогом библиотеки. Что такое плагиат и как его избегать в своей работе.

Практическая работа. Формулирование темы, определение актуальности темы, проблемы, цели, задач, выбор предмета и объекта. Составление плана работы. Работа с каталогами и поисковыми системами. Работа в библиотеке: работа в тематическом каталоге. Подбор материалов по теме проекта/исследования.

2. ПРИКЛАДНОЙ КЛАСТЕР

Работа психолого-педагогической мастерской **«ПУТЬ К САМОРЕАЛИЗАЦИИ»** по следующим направлениям:

2.1 **Школа юного волонтера.** Организация работы по 4 направлениям: здоровье, милосердие, экология и гражданское право. Реализация основных задач отряда добровольцев: поддерживать инициативы учеников школы; содействовать развитию учащихся по всем аспектам, формировать у них собственное мнение по отношению к окружающему миру. расширять сферы внеурочной практики и трудоустройства учащихся на базе образовательного учреждения; вовлекать учеников всех возрастов в проекты, связанные с помощью социально незащищенным слоям населения.

2.2 **Школа юного психолога.** Деятельность направлена на развитие

самосознания, самостоятельности и активности, формирование навыков общения.

Цель: способствовать формированию у учащихся гуманистического мировоззрения и психологической культуры.

2.3 **Школа юного эколога.** Экскурсии, знакомство с основами экологических знаний; участие в конкурсах, конференциях и олимпиадах.

3. РАЗВИВАЮЩИЙ КЛАСТЕР

Цикл психолого-педагогических тренингов для школьников 10-11 классов, родителей и членов их семей.

Тема 1. Педагогический тренинг «Искусство общения»

Развитие коммуникативного компонента личности старших школьников, создание условий для развития способности к самопознанию и пониманию другого. Формирование приемов эффективного взаимодействия партнера по общению.

Тема 2. Мини- тренинг для родителей «Учимся понимать своих детей»

Обучение родителей навыкам эффективного общения с подростками. Развитие навыков доверительных отношений родителей с детьми (игра -разминка, метод проекции, игра «Передай другому», игра «Пойми меня»).

Тема 3. Тренинг «Я в своих глазах и в глазах других». Развитие навыков самопознания, понимания природы, поведения других людей.

Тема 4. Тренинг «Мой внутренний мир». Знакомство со своим внутренним миром, свойствами, характеристиками личности, которые определяют поведение в жизни.

Тема 5. Тренинг «Путь к успеху». Понимание что такое успех лично для каждого человека. Способы достижения успеха.

Тема 6. Тренинг «Хочу и могу. Ожидания и реальность». Знакомство со своими желаниями и возможностями их реализации.

Тема 7. Тренинг «Способы поведения в конфликтных ситуациях». Научить применять эффективные техники выхода из конфликта.

Тема 8. Тренинг «Как справиться со стрессовой ситуацией». Способы совладания со стрессовыми ситуации. Научить понимать природу стресса и способам релаксации.

Тема 9. Тренинг «Сплочение коллектива». Что такое коллектив. Как работать в коллективе. Как создать доброжелательную атмосферу.

Тема 10. Тренинг «Я – лидер». Какими качествами обладает лидер. Как развить в себе лидерские качества и применять их в сфере деятельности.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ЭЛЕКТИВНОГО КУРСА «ПРАКТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ» НА УРОВНЕ СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В сфере гражданского воспитания:

- сформированность гражданской позиции обучающегося как активного и ответственного члена российского общества;
- осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка;
- принятие демократических ценностей;
- готовность противостоять идеологии экстремизма, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;
- готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества;
- умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением.

В сфере патриотического воспитания:

- сформированность российской гражданской идентичности, чувства ответственности за свой край, свой язык и культуру;
- ценностное отношение к историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России ;
- достижениям России в науке, искусстве,спорте, технологиях, труде.

В сфере духовно-нравственного воспитания:

- сформированность нравственного сознания, этического поведения;
- способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности в международном общении;

В сфере эстетического воспитания:

- способность воспринимать различные виды искусства, традиции и творчество своего и других народов;
- убежденность в значимости для личности и общества отечественного и мирового искусства, этнических культурных традиций и народного творчества;

- стремление к лучшему осознанию культуры своего народа;
- готовность к самовыражению в профессиональном творчестве.

В сфере физического воспитания:

- формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:
- осознание необходимости соблюдения правил безопасности в любой профессии, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, вызванным необходимостью профессионального самоопределения, осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели, связанные с будущей профессиональной жизнью;
- умение принимать себя и других, не осуждая;
- умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием для экономии внутренних ресурсов;
- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

В сфере трудового воспитания:

- интерес к изучаемой сфере профессиональной деятельности, умение совершать осознанный выбор будущей профессии и реализовывать собственные жизненные планы, осознание возможностей самореализации ;
- готовность и способность к образованию и самообразованию в области
- интересующей профессии на протяжении всей жизни;
- готовность адаптироваться в профессиональной среде;
- осознанный выбор и построение индивидуальной образовательной
- траектории и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей.

В сфере экологического воспитания:

- повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения;
- расширение опыта деятельности экологической направленности.

В сфере понимания ценности научного познания:

- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, способствующего осознанию своего места в поликультурном мире;
- совершенствование языковой и читательской культуры как средства взаимодействия между людьми и познания мира.

В сфере совершенствования эмоционального интеллекта, предполагающего сформированность:

- самосознания, включающего способность понимать свое эмоциональное состояние, видеть направления развития собственной эмоциональной сферы;
- саморегулирования, включающего самоконтроль, умение принимать ответственность за свое поведение, быть открытым новому;
- внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать, исходя из своих возможностей;
- эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других, учитывать его при осуществлении коммуникации;
- социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и разрешать конфликты.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями:

- определять цели профориентационной деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;
- вносить коррективы в учебную и профориентационную деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;
- развивать критическое и креативное мышление при решении профессионально ориентированных задач;
- владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способностью и готовностью к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- владеть видами деятельности по получению нового знания, его интерпретации, преобразованию и применению в различных профессионально ориентированных ситуациях;
- осуществлять целенаправленный поиск переноса средств и способов действия в профессиональную среду;
- уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;
- уметь интегрировать знания из разных предметных областей;
- владеть навыками получения и верификации информации из источников разных типов;

- самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления, отделять объективную информацию от субъективной;
- выбирая оптимальную форму представления и визуализации;

В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями:

- владеть различными способами общения и взаимодействия,
- аргументированно вести диалог, уметь смягчать конфликтные ситуации;
- развернуто и логично излагать свою точку зрения с использованием адекватных языковых средств;
- выбирать тематику и методы совместных действий с учетом профессионально ориентированных задач и возможностей каждого члена коллектива;
- принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий,
- распределять роли с учетом мнений участников, обсуждать результаты совместной работы.

В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями:

- самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной профориентационной деятельности;
- делать осознанный профориентационный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;
- способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень;
- делать выбор и брать на себя ответственность за решения, принимаемые в процессе профессионального самоопределения;
- владеть навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований; использовать приемы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения;
- развивать способность понимать мир с позиции другого человека.

средств их достижения.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

• понимание терминологии, предусмотренной разделами программы;

• приобретение представлений об истории развития педагогической и психологической науки;

• формирование представлений об индивидуально-психологических и индивидуально-типологических особенностях личности;

• формирование представлений о познавательной сфере личности (ощущение, восприятие, внимание, память, мышление);

• формирование представлений об эмоционально-волевой сфере личности;

• приобретение знаний о феноменах межличностного взаимодействия (убеждение, влияние, психология лжи, манипуляция и контрманипуляция);

• формирование умения осуществлять мини-исследования педагогического и психологического характера.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование темы		Количество часов		
			Всего	Теория	Практика
Образовательный кластер					
1.	Модуль 1. Введение в профессию.	Тема 1. Психология как наука и как практика жизнедеятельности человека	1	1	-
		Тема 2. Психология как профессия	1	1	-
		Тема 3. Педагогическая профессия, деятельность и культура	2	1	1
		Тема 4. Творчество учителя	1	1	-
		Тема 5. Личностное общение	2	1	1
2.	Модуль 2. Психология общения.	Тема 1. Коммуникативные навыки и умения	2	1	1
		Тема 2. Навыки эффективного общения	2	1	1
		Тема 3. Социальные роли, социальное положение	1	1	-
		Тема 4. Конфликты и пути их разрешения	1	1	-
		Тема 5. Культура виртуального общения	1	0,5	0,5
3.	Модуль 3. Основы педагогической	Тема 1. Работа в программе POWER POINT	1	0,5	0,5
		Тема 2. Цифровые инструменты	1	0,5	0,5

	информатики	Тема 3. Презентация. Этапы создания презентации. Сервис Prezi.com. Сервис Canva. Google Презентации	2	1	1
4.	Модуль 4. Социально-педагогический практикум	Тема 1. Организация шефской помощи в младшей школе	2	1	1
		Тема 2. Знакомство с исследовательской деятельностью.	2	1	1
Итого			22	13,5	8,5
Прикладной кластер					
Психолого-педагогическая мастерская «ПУТЬ К САМОРЕАЛИЗАЦИИ»					
1.	Школа юного волонтера		3	-	3
2.	Школа юного психолога		3	-	3
3.	Школа юного эколога		2	-	2
Итого			8	-	8
Развивающий кластер					
1.	Цикл психолого-педагогических тренингов для школьников 10-11 классов, родителей и членов их семей		4	-	4
Итого			34		