Департамент образования Администрации МО г. Салехард
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №2»

«УТВЕРЖДЕНО»
приказ №352-о от 03.09.2019 г.
Директор школы _____ Сивицкая Е.А.

Рабочая программа элективного курса по психологии «Ступени самопознания»
учебного предмета, курса, дисциплины (модуля)

Педагогический работник педагог-психолог
(ФИО, должность)

Класс: 11
Срок реализации: 1 год
Разработана на основе:
1. Основной образовательной программе среднего общего образования муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №2» (ФКГОС) утверждена приказом МБОУ «СОШ № 2» утверждена приказом директора МБОУ СОШ №2 от 05.06.2015г. №391-о.
2. Психология: Учебное пособие. IX класс Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Дубровина И.В., Лубовский Д.В., Прихожан А.М., Толстых Н.Н Преподавание психологии в школе.
3. Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников. ВЛАДОС, 2001.
(УМК)

Салехард
2019

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с основной образовательной программой основного общего образования муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №2» (ООП ООО), программой «Мои профессиональные намерения» М.Ю. Савченко, Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам, М.: ВАКО, 2008г.

Общая характеристика учебного курса

Программа элективного курса «Ступени самопознания» призвана помочь изучить свои индивидуальные особенности, способствовать повышению социально-психологической компетентности обучающихся, помощь в жизненном, личностном, профессиональном, социальном самоопределении.

Цели изучения учебного курса:

1. Обеспечить развитие социально-психологической компетентности, психологическая подготовка к ЕГЭ Получение, обобщение психологических знаний об особенностях возраста, о себе целостно;
2. Формирование ценностного отношения к личности человека;
3. Самопознание, саморазвитие, формирование положительного образа Я;
4. Обобщение психологических знаний о личности человека, сфере общения, о себе целостно;
5. Психологическая подготовка к ЕГЭ.

Рабочая программа элективного курса «Ступени самопознания» составлена с учетом требований федерального компонента государственного образовательного стандарта среднего общего образования, с учетом возрастных особенностей обучающихся, выстроена система учебных занятий, спроектированы цели, задачи, продуманы возможные формы контроля, сформулированы планируемые результаты обучения. Курс ориентирован на детей 17-18 лет, рассчитан на 34 часа, 1 раз в неделю. Занятия проводятся психологом в форме групповой психокоррекционной работы во внеурочное время.

Ценностные ориентиры формируются при усвоении социального опыта и обнаруживаются в целях, идеалах, убеждениях, интересах и других проявлениях личности. В структуре человеческой деятельности ценностная ориентация тесно связана с познавательными и волевыми её сторонами. Система ценностных ориентаций образует в содержательную сторону направленности личности и выражает внутреннюю основу её отношений к действительности. В процессе совместной деятельности, определяющей отношение людей в группах, складываются групповые ценностные ориентации. Совпадение важнейших ценностных ориентаций членов группы обеспечивает её сплочённость (как ценностно-ориентационное единство).

Личностным, включающим 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, правосознание, способность ставить цели и строить жизненные планы, способность к осознанию российской идентичности в поликультурном социуме.

1. Сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими нравственными ценностями и идеалами российского гражданского общества;
2. Готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности (образовательной, учебно-исследовательской, проектной, коммуникативной, иной);
3. Сформированность толерантного сознания и поведения личности в поликультурном мире, готовности и способности вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;

4. Сформированность навыков сотрудничества со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельно

5. Сформированность нравственного сознания, чувств и поведения на основе усвоения общечеловеческих нравственных ценностей;

6. 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;

Метапредметные, включающие освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные), способность их использования в познавательной и социальной практике, самостоятельность в планировании и осуществлении учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, способность к построению индивидуальной образовательной траектории, владение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности.

1. Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции другого; готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

2. Владение языковыми средствами – умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;

3. 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.

Учебный курс содержит два часа вводной части, десять часов – «Психология личности», двенадцать часов – «Социальная психология», восемь часов «Психологической подготовки к ЕГЭ» и два часа заключительной части. Предлагаемые занятия осуществляются с помощью игровых методов, методов моделирования; использования диагностических методик, методов групповой работы такие как: групповые дискуссии, мозговой штурм, рефлексия, ролевые игры.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Раздел, модуль, тема	Кол-во ч.	Деятельность обучающихся по достижению результатов		Дата	Коррекция даты
			личностные	метапредметные		
1.Введение						
1.1	Введение. Понять себя	1	Создание мотивации к изучению учебного курса и самопознанию в целом	Применять правила поведения на психологическом занятии	05.09.	
1.2	Личность человека	1	Формирование установки на саморазвитие	Понятия индивид, личность, индивидуальность. Осознание собственной индивидуальности	12.09.	
2. Психология личности						
2.1	Основные подходы к изучению личности в психологии	1	Формирование установки на саморазвитие	Основные подходы к изучению личности	19.09.	
2.2	Психодинамические теории личности: З.Фрейд	1	Осознание влияния бессознательного на жизнь человека	Понятие бессознательное, апробирование метода свободных ассоциаций,	26.09.	
2.3	Психодинамические теории личности: К.Юнг	1	Ценностное отношение к собственному психологическому здоровью, психологические знания об особенностях процессов самопознания и самовоспитания	Понятие коллективное бессознательное Представления о работе бессознательного	03.10.	
2.4	Бихевиоризм и его подходы к изучению личности	1	Осознание собственных ценностных ориентаций	Понятие бихевиоризм, анализ собственного поведения	10.10.	
2.5	Гештальтпсихология и ее подходы к изучению личности	1	Осознание собственных ценностных ориентаций	Понятия фигура и фон Осознание значимых и фоновых объектов в собственной жизненной ситуации	17.10.	

2.6	Гуманистические теории личности А.Маслоу, К.Роджерса	1	Осознание собственных потребностей, соотношения Я-реальное и Я-идеальное	Пирамида Маслоу Потребности.	24.10.	
2.7	Современные представления о структуре личности человека: темперамент	1	Осознание собственных психодинамических характеристик	Обобщение знаний о типах темперамента	30.10.	
2.8	Современные представления о структуре личности человека: характер	1	Собственных черт характера и предположение об истории их формирования	Обобщение знаний о чертах характера, осознание	14.11.	
2.9.	Современные представления о структуре личности человека: ценности и установки	1	Осознание собственных ценностных ориентаций	Личность, ценности в семье и личностные установки	21.11.	
2.10	Итоговое занятие по блоку «Психология личности»	1	Изучение собственных интересов, развитие навыков рефлексии	Эмоции в жизни человека, сознательные и бессознательные эмоции	28.11.	
3.Социальная психология						
3.1	Психология группы	1	Осознание собственной принадлежности к какой-либо группе	Понятия социальная группа, условная и реальная группа, формальная и неформальная группа	05.12.	
3.2	Малая группа	1	Анализ собственных примеров общения, повышение уверенности в себе	Понятия малая группа, условная и реальная группа, формальная и неформальная группа	12.12.	
3.3	Большая группа	1	Осознание влияния больших групп на человека	Понятия большая группа, условная и реальная группа, формальная и неформальная группа	19.12.	
3.4	Молодежные неформальные объединения	1	Повышение устойчивости к групповому воздействия	Понятие молодежные неформальные объединения, виды, классификация.	26.12.	
3.5	Феномены социальной психологии: дружба	1	Осознание значения дружбы в собственной жизни	Определение дружбы, виды дружбы.	09.01.	
3.6	Феномены социальной психологии: любовь	1	Осознание значения любви в жизни человека и общества	Определение любви, классификация, виды	16.01.	
3.7	Феномены социальной психологии: гендерные различия	1	Осознание собственной идентичности	Понятия гендерная психология	23.01.	
3.8	Феномены социальной психологии: семья	1	Осознание значения семьи	Понятие этапов развития семьи	30.01.	
3.9	Семейные отношения и личностная зрелость	1	Осознание собственных позиций в различных ситуациях	Понимание позиций РВД	06.02.	
3.10	Жизненные сценарии и вопрос свободы самоопределения	1	Развитие навыков целеполагания и планирования	Формирование системности мышления	13.02.	
3.11	Самоопределение	1	Осознание собственных целей, планов. Повышение самооценки и уверенности в себе	Формирование системности мышления	20.02.	
3.12	На пороге взрослой жизни	1	Актуализация Я-концепции, повышение самооценки	Подведение итогов	27.02.	
Психологическая подготовка к ЕГЭ						
4.1	Стратегии и тактики подготовки к ЕГЭ	1	Увидеть стратегии подготовки к экзамену одноклассников и поделиться собственными	Уточнение сведений о ЕГЭ.	06.03.	
4.2	Модальности восприятия и особенности подготовки к ЕГЭ	1	Уточнить собственную преобладающую модальность восприятия,	Модальность восприятия, виды, классификация.	13.03.	
4.3	Подготовка к ЕГЭ: внимание	1	Понимание собственных особенностей внимание, управление вниманием	Определение понятия внимание, приемы концентрации и удержания, распределения внимания.	20.03.	
4.4	Подготовка к ЕГЭ: память	1	Понимание собственных особенностей памяти, активизация процессов памяти	Определение понятия память, виды.	03.04.	
4.5	Подготовка к ЕГЭ: мышление		Аналитические познавательные способности, логическое мышление	Активизация мыслительной деятельности	10.04.	
4.6	Подготовка к ЕГЭ: умная диета	1	Снятие эмоционального напряжения, повышение самооценки и настроения	О правильном питании в период подготовки и сдачи ЕГЭ	17.04.	
4.7	Подготовка к ЕГЭ: стресс и стрессоустойчивость	1	Познакомить учеников с основными способами снижения тревоги в стрессовой ситуации.	Методы саморегуляции	24.04.	
4.8	Подготовка к ЕГЭ: саморегуляция	1	Применение способов саморегуляции, снятие эмоционального напряжение	Методы саморегуляции	15.05.	

5. Заключительная часть						
	Итоговое занятие по курсу	1	Анализ собственных результатов, защита проектов	Подведение итогов	22.05.	
34	Итоговое занятие по курсу	1	Анализ собственных результатов, защита проектов	Подведение итогов	29.05.	