

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Пензенской области

Управление образования города Пензы

МБОУ СОШ №28 г. Пензы им. В.О. Ключевского

|   |                                                                                                                                                |                                      |
|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| 1 | МАКЕЕВА ЮЛИЯ ЕВГЕНЬЕВНА                                                                                                                        | SN: 14FA6296698FE68594C3D7F4AB9A68BA |
|   | МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 28 ГОРОДА ПЕНЗЫ ИМЕНИ ВАСИЛИЯ ОСИПОВИЧА КЛЮЧЕВСКОГО | ДЕЙСТВУЕТ С 13.11.2024 ПО 06.02.2026 |

# Рабочая программа

## по введению в психологию

## среднего общего образования

город Пенза 2025

## **Пояснительная записка**

### ***Направленность программы***

Программа носит профориентационную и социально-психологическую направленность и ориентирована на учащихся 10-11 классов.

### ***Актуальность программы***

На современном этапе общество, в особенности деловой мир, в своей практике используют психологические знания. Поэтому общество нуждается в людях обладающими этими знаниями и умеющими применять их в практической деятельности. Молодые люди должны быть заранее подготовлены к жизни и работе в современном обществе.

Современный этап развития системы образования, процесс реформирования общеобразовательной школы предъявляет высокие требования к психологической подготовке учащихся. Особую **актуальность** эта задача приобретает в связи с переходом школы к компетентностному подходу, что предполагает развитие творческого потенциала личности ученика, социальной компетентности, а это в свою очередь достигается посредством психологического просвещения всех субъектов образовательного процесса и прежде всего обучающихся.

### ***Новизна программы и её отличительные особенности от уже существующих***

В настоящее время существует мало программ по данной специальности с таким количеством часов для учащихся общеобразовательных школ. Программа позволит учащимся получать знания, с помощью которых они смогут адаптироваться в современной жизни и профессиональной деятельности.

Программа составлена с учетом возрастных особенностей учащихся и рассчитана на два года обучения. Программа предусматривает комплексный подход к развитию личности подростка. Программой предусмотрена профориентационная работа с учащимися, которая проводится с целью дальнейшего осознанного выбора ими профессии. Содержание программы позволяет наиболее полно реализовать личностный потенциал учащихся, способствует развитию целого комплекса профессиональных умений.

### ***Педагогическая целесообразность программы***

Педагогическая целесообразность предлагаемой программы заключается в том, что учащиеся, овладевающие теоретическими знаниями и практическими умениями, понимают и осознают, что психологические знания помогают выстраивать взаимоотношения с другими людьми, находить выход из проблемных ситуаций.

Содержание программы направлено на создание условий для развития личности учащихся, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия школьников, приобщение их к общечеловеческим ценностям, профилактику асоциального поведения, создание условий для социального, культурного и профессионального самоопределения учащихся, творческой самореализации личности ребенка, укрепление психического и физического здоровья ребенка.

### ***Цель и задачи программы***

**Целью** программы является содействие формированию профессионально-важных качеств психолога, овладение методами и формами работы психолога, умение применять полученные психологические знания в дальнейшей трудовой деятельности и социальной адаптации.

Достижению поставленной цели способствует решение следующих **задач**.

#### ***Обучающих:***

- ознакомление учащихся с теоретическими и практическими основами психологии;
- ознакомление с ролью психологических знаний в жизни.

#### ***Развивающих:***

- развитие интереса учащихся к знаниям, исследованиям и самостоятельной деятельности;
- формирование умений самопознания и развития активизации творческих способностей обучающихся;
- создание условий для самореализации личности обучающегося;
- содействие духовному развитию обучающихся.

#### ***Воспитательных:***

- содействие профессиональной ориентации школьников.
- воспитание культуры личности во всех ее проявлениях, связанных с трудовой деятельностью.

### **Возраст обучаемых, сроки реализации программы, формы и режим занятий**

Данная программа ориентирована на школьников 15-17 лет и рассчитана на 64 рабочих недель (два года обучения). Занятия проходят один раз в неделю по одному уроку (40 минут).

### **Ожидаемые результаты и способы определения их результативности**

Ожидаемым результатом обучения по данной программе будет расширение образовательного кругозора учащихся, развитие их творческого потенциала и познавательной активности, развитие личностных особенностей и коммуникативных навыков.

По окончании полного курса обучения учащиеся должны **уметь:**

- самостоятельно применять отдельные методы психологических исследований;
- анализировать результаты диагностики;
- проявлять готовность к контактам и умение их поддерживать;
- осознавать границы своей компетенции;
- анализировать ситуации, возникающие в межличностном взаимодействии;
- составлять и проводить тематические упражнения, игры.

По окончании полного курса обучения учащиеся должны **знать:**

- предмет и задачи, роль и место науки психологии среди других наук;
- назначение и классификацию методов психологического исследования;
- возрастную психологическую периодизацию личности;
- современные теории личности;
- основные стили общения и технологии коммуникаций;
- понятие и основные характеристики познавательных психических процессов;
- психологические особенности личности;
- психологические особенности семейных отношений;
- личностную и социальную значимость будущей профессии;
- значение профориентации в профессиональном становлении личности.

Контроль и оценка качества результатов предполагает текущий и итоговый контроль. Текущий контроль и оценка результатов освоения программы осуществляется учителем в процессе проведения учебных занятий, а так же выполнения учащимися индивидуальных заданий.

| Результаты обучения<br>(освоенные умения, усвоенные знания)             | Формы и методы контроля и<br>оценки результатов обучения |
|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| <b>Умения:</b>                                                          |                                                          |
| самостоятельно применять отдельные методы психологических исследований; | практические задания;                                    |
| анализировать результаты диагностики;                                   | практические задания;                                    |

|                                                                             |                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| проявлять готовность к контактам и умение их поддерживать;                  | практические задания;<br>самостоятельная работа;<br>решение ситуационных задач; |
| осознавать границы своей компетентности;                                    | практические задания;<br>решение ситуационных задач;                            |
| прогнозировать развитие ситуации;                                           | практические задания<br>самостоятельная работа;                                 |
| проводить игры и упражнения.                                                | практические задания;<br>работа в группах;<br>самостоятельная работа;<br>зачет  |
| <b>Знания:</b>                                                              |                                                                                 |
| предмет и задачи, роль и место науки психологии среди других наук;          | фронтальный опрос;<br>индивидуальный опрос                                      |
| назначение и классификацию методов психологического исследования;           | фронтальный опрос;<br>индивидуальный опрос;                                     |
| современные теории личности;                                                | фронтальный опрос;<br>индивидуальный опрос                                      |
| основные стили общения;                                                     | фронтальный опрос;<br>индивидуальный опрос                                      |
| понятие и основные характеристики познавательных психологических процессов; | фронтальный опрос;<br>индивидуальный опрос                                      |
| психологические особенности личности;                                       | фронтальный опрос;<br>индивидуальный опрос;                                     |
| особенности межличностных отношений ;                                       | фронтальный опрос;<br>индивидуальный опрос                                      |
| личностную и социальную значимость будущей профессии;                       | фронтальный опрос;<br>индивидуальный опрос                                      |

### **Формы подведения итогов реализации программы**

Теоретический этап – проводится в форме тестирования и направлен на выявления уровня усвоения теоретической части программы.

Практический этап – проводится в форме защиты творческих проектов, включает в себя реализацию полученных теоретических знаний на практике.

**Учебно-тематический план программы «Введение в психологию»**

| <b>№</b>                                             | <b>Название раздела, темы</b>                    | <b>Количество часов</b> |
|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------|
| <b>Первый год обучения</b>                           |                                                  |                         |
| <b>Раздел 1. Психология как наука</b>                |                                                  |                         |
| 1                                                    | Тема 1.1. Психология как наука                   | 1                       |
| 2                                                    | Тема 1.2. Краткие сведения из истории психологии | 1                       |
| 3                                                    | Тема 1.3. Отрасли психологии                     | 1                       |
| 4                                                    | Тема 1.4. Психология и другие науки              | 1                       |
| <b>Раздел 2. Психология познавательных процессов</b> |                                                  |                         |
| 5                                                    | Тема 2.1. Ощущение, восприятие                   | 1                       |
| 6                                                    | Тема 2.2. Внимание                               | 1                       |
| 7                                                    | Тема 2.3. Память                                 | 1                       |
| 8                                                    | Тема 2.4. Мышление                               | 1                       |
| 9                                                    | Тема 2.5. Интеллект                              | 1                       |
| 10                                                   | Тема 2.6. Творческое мышление                    | 1                       |
| 11                                                   | Тема 2.7. Воображение                            | 1                       |
| 12                                                   | Тема 2.8. Речь                                   | 1                       |
| 13                                                   | Тема 2.9. Развитие познавательной сферы          | 1                       |
| <b>Раздел 3. Психология личности</b>                 |                                                  |                         |
| 14                                                   | Тема 3.1. Введение в психология личности         | 1                       |
| 15                                                   | Тема 3.2. Современные теории личности            | 1                       |
| 16                                                   | Тема 3.3. Темперамент                            | 1                       |
| 17                                                   | Тема 3.4. Характер                               | 1                       |
| 18                                                   | Тема 3.5. Потребности личности                   | 1                       |
| 19                                                   | Тема 3.6. Самопрезентация личности               | 1                       |
| <b>Раздел 4. Эмоциональная сфера личности</b>        |                                                  |                         |
| 20                                                   | Тема 4.1. Эмоции                                 | 1                       |

|                                       |                                                   |   |
|---------------------------------------|---------------------------------------------------|---|
| 21                                    | Тема 4.2. Чувства                                 | 1 |
| 22                                    | Тема 4.3. Негативные эмоции и чувства             | 1 |
| 23                                    | Тема 4.4. Стресс                                  | 1 |
| 24                                    | Тема 4.5. Саморегуляция в стрессовых ситуациях    | 1 |
| 25                                    | Тема 4.6. Я управляю стрессом                     | 1 |
| <b>Раздел 5. Личность и профессия</b> |                                                   |   |
| 26                                    | Тема 5.1. Понятие профессии.                      | 1 |
| 27                                    | Тема 5.2. Стратегия выбора профессии.             | 1 |
| 28                                    | Тема 5.3. Ошибки при выборе профессии.            | 1 |
| 29                                    | Тема 5.4. Востребованные профессии.               | 1 |
| 30                                    | Тема 5.5. Профессиональные интересы и склонности. | 1 |
| 31                                    | Тема 5.6. Способности.                            | 1 |
| 32                                    | Тема 5.7. Характер и профессия                    | 1 |
| 33                                    | Тема 5.8. Профессии будущего.                     | 1 |
| 34                                    | Тема 5.9. Редкие и необычные профессии.           | 1 |
| <b>Второй год обучения</b>            |                                                   |   |
| <b>Раздел 6. Психология общения</b>   |                                                   |   |
| 35                                    | Тема 6.1. Понятие общения.                        | 1 |
| 36                                    | Тема 6.2. Виды общения                            | 1 |
| 37                                    | Тема 6.3. Невербальное общение                    | 1 |
| 38                                    | Тема 6.4. Значение жестов в процессе общения      | 1 |
| 39                                    | Тема 6.5. Вербальное общение                      | 1 |
| 40                                    | Тема 6.6. Личность и общение                      | 1 |
| 41                                    | Тема 6.7. Барьеры в общении                       | 1 |
| 42                                    | Тема 6.8. Конфликт                                | 1 |
| 43                                    | Тема 6.9. Стратегии поведения в конфликте         | 1 |
| 44                                    | Тема 6.10. Бесконфликтное общение                 | 1 |

|                                                |                                                        |   |
|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|---|
| 45                                             | Тема 6.11. Активное слушание                           | 1 |
| 46                                             | Тема 6.12. Стили общения                               | 1 |
| 47                                             | Тема 6.13. Манипуляции                                 | 1 |
| 48                                             | Тема 6.14. Как противостоять манипуляциям              | 1 |
| 49                                             | Тема 6.15. Публичные выступления                       | 1 |
| <b>Раздел 7. Культура поведения в общении.</b> |                                                        |   |
| 50                                             | Тема 7.1. Этикет в общении.                            | 1 |
| 51                                             | Тема 7.2. Умение вести беседу.                         | 1 |
| 52                                             | Тема 7.3. Общение с помощью современных средств связи  | 1 |
| 53                                             | Тема 7.4. Этикет в повседневной жизни                  | 1 |
| 54                                             | Тема 7.5. Деловое общение                              | 1 |
| <b>Раздел 8. Межличностные отношения</b>       |                                                        |   |
| 55                                             | Тема 8.1. Межличностное взаимодействие                 | 1 |
| 56                                             | Тема 8.2. Дружба                                       | 1 |
| 57                                             | Тема 8.3. Психологические особенности юношей и девушек | 1 |
| 58                                             | Тема 8.4. Любовь                                       | 1 |
| 59                                             | Тема 8.5. Вражда и ненависть                           | 1 |
| 60                                             | Тема 8.6. Агрессия                                     | 1 |
| 61                                             | Тема 8.7. Способы преодоления агрессивности            | 1 |
| 62                                             | Тема 8.8. Зависть                                      | 1 |
| 63                                             | Тема 8.9. Одиночество                                  | 1 |
| 64                                             | Тема 8.10. Рефлексия                                   | 1 |
| 65                                             | Тема 8.11. Эмпатия                                     | 1 |
| 66                                             | Тема 8.12. Поддержка и принятие                        | 1 |
| 67                                             | Тема 8.13. Толерантность                               | 1 |
| 68                                             | Тема 8.14. Итоговое занятие                            | 1 |

# **Содержание программы «Введение в психологию»**

## **Первый год обучения**

### ***Раздел 1. Психология как наука (4ч.)***

#### **Тема 1.1. Психология как наука**

**Теоретическая часть.** Понятие психологии. Значение психологических знаний для жизни человека. Отличие практической психологии от научной. Практическое применение психологических знаний.

**Практическая часть.** Тренинг знакомства «Будем дружить».

#### **Тема 1.2. Краткие сведения из истории психологии**

**Теоретическая часть.** История возникновения психологических знаний.

**Практическая часть.** Игры на сплочение коллектива.

#### **Тема 1.3. Отрасли психологии.**

**Теоретическая часть.** Отрасли психологии. Современное состояние науки.

**Практическая часть.** Тест-игра «Правда или миф».

#### **Тема 1.4. Психология и другие науки.**

**Теоретическая часть.** Связь психологии с другими науками.

**Практическая часть.** Эссе «Зачем нужно изучать психологию?».

### ***Раздел 2. Психология познавательных процессов (9ч)***

#### **Тема 2.1. Ощущения, восприятие**

**Теоретическая часть.** Понятие ощущения, восприятия. Классификация ощущений, восприятия. Иллюзии восприятия.

**Практическая часть.** Тест на определение ведущей модальности восприятия.

#### **Тема 2.2. Внимание**

**Теоретическая часть.** Понятие внимания. Особенности, свойства, функции, виды внимания.

**Практическая часть.** Диагностика уровня развития внимания. Приемы развития внимания.

#### **Тема 2.3. Память**

**Теоретическая часть.** Понятие «Память», ее виды. Процессы памяти. Особенности каждого вида памяти.

**Практическая часть.** Диагностика уровня развития памяти. Приемы развития памяти.

#### **Тема 2.4. Мышление.**

**Теоретическая часть.** Понятие «Мышление». Виды и уровни мышления. Мыслительные операции.

**Практическая часть.** Опросник типа мышления.

#### **Тема 2.5. Интеллект.**

**Теоретическая часть.** Понятие мышления и интеллекта. Структура интеллекта.

**Практическая часть.** Проведение тестов интеллекта.

### **Тема 2.6. Творческое мышление.**

**Теоретическая часть.** Понятие творческого мышления.

**Практическая часть.** Игры и упражнения на развитие творческого мышления.

### **Тема 2.7. Воображение.**

**Теоретическая часть.** Понятие «Воображение». Его виды. Роль воображения в жизни человека.

**Практическая часть.** Тренинг «Мое воображение».

### **Тема 2.8. Речь.**

**Теоретическая часть.** Понятие «Речь», виды, функции речи. Отличие речи от языка. Речь как средство общения. Значение речи в жизни человека.

**Практическая часть.** Упражнения на совершенствование речи.

### **Тема 2.9. Развитие познавательной сферы.**

**Практическая часть.** Проведение учащимися игр и упражнений на развитие познавательных процессов.

## ***Раздел 3. Психология личности. (6ч.)***

### **Тема 3.1. Введение в психологию личности.**

**Теоретическая часть.** Понятия «личность», «индивид», «индивидуальность». Структура личности. Личность как предмет психологического познания.

**Практическая часть.** Проективная методика «Рисунок дерева».

### **Тема 3.2. Современные теории личности.**

**Теоретическая часть.** Классификация современных психологических теорий личности.

**Практическая часть.** Проективная методика «Кактус».

### **Тема 3.3. Темперамент.**

**Теоретическая часть.** Понятие темперамента. Типы темпераментов. Положительные и отрицательные свойства каждого типа темперамента.

**Практическая часть.** Тест Айзенка на определение собственного типа темперамента.

### **Тема 3.4. Характер.**

**Теоретическая часть.** Понятие «Характер». Характер как система наиболее устойчивых черт личности. Связь характера и темперамента.

**Практическая часть.** Упражнение «Оценка черт своего характера».

### **Тема 3.5. Потребности личности.**

**Теоретическая часть.** Понятие «Потребность». Классификация потребностей.

**Практическая часть.** Методика «Актуальные потребности».

### **Тема 3.6. Самопрезентация личности.**

**Теоретическая часть.** Правила самопрезентации.

**Практическая часть.** Игра «Расскажи о себе за минуту».

## ***Раздел 4. Эмоциональная сфера личности. (6ч.)***

### **Тема 4.1. Эмоции.**

**Теоретическая часть.** Понятие «Эмоции». Основные функции эмоций. Виды и роль

эмоций в жизни человека.

**Практическая часть.** Практическое исследование «Мой эмоциональный мир».

#### **Тема 4.2. Чувства.**

**Теоретическая часть.** Понятие «Чувство». Отличие эмоций и чувств.

**Практическая часть.** Упражнение на осознание собственных чувств и эмоций.

#### **Тема 4.3. Негативные эмоции и чувства.**

**Теоретическая часть.** Грусть, гнев, страх. Причины возникновения негативных чувств.

**Практическая часть.** Упражнение «Ромашка хорошего настроения».

#### **Тема 4.4. Стресс.**

**Теоретическая часть.** Понятие «Стресс». Признаки стресса.

**Практическая часть.** Диагностика уровня стресса.

#### **Тема 4.5. Саморегуляция в стрессовых ситуациях.**

**Теоретическая часть.** Способы снятия стресса: мышечная релаксация, визуализация, рационализация.

**Практическая часть.** Тренинг саморегуляции.

#### **Тема 4.6. Я управляю стрессом.**

**Теоретическая часть.** Негативные последствия стресса на организм человека.

**Практическая часть.** Упражнение «Мой ответ стрессу».

### ***Раздел 5. Основы выбора профессии.(9ч.)***

#### **Тема 5.1 Понятие профессии.**

**Теоретическая часть.** Знакомство с основными понятиями по профориентации: профессия, специальность, должность.

**Практическая часть.** Беседа о профессиональных намерениях учащихся.

#### **Тема 5.2 Стратегия выбора профессии.**

**Теоретическая часть.** Стратегия выбора профессии: хочу, могу, надо.

**Практическая часть.** Игра «Советчик».

#### **Тема 5.3 Ошибки при выборе профессии.**

**Теоретическая часть.** Основные ошибки при выборе профессии.

**Практическая часть.** Тест Голланда.

#### **Тема 5.4 Востребованные профессии.**

**Теоретическая часть.** Востребованные профессии на современном рынке труда.

**Практическая часть.** Игра «Карта профессий».

#### **Тема 5.5 Профессиональные интересы и склонности.**

**Теоретическая часть.** Учет интересов и склонностей в выборе профессии.

**Практическая часть.** Тест ДДО, методика «Профиль».

#### **Тема 5.6 Способности.**

**Теоретическая часть.** Понятие «Способности». Общие и специальные способности.

**Практическая часть.** Игра «Хвастунишка». Методика Йовайши.

#### **Тема 5.7 Характер и профессия**

**Теоретическая часть.** Учет личностных особенностей в выборе профессии.

**Практическая часть.** Опросник «Характер и профессия».

### **Тема 5.8 Профессии будущего.**

**Теоретическая часть.** Значение профессиональной деятельности в жизни человека.

**Практическая часть.** Практическая работа «Город будущего».

### **Тема 5.9. Необычные и редкие профессии.**

**Теоретическая часть.** Факторы, влияющие на выбор профессии.

**Практическая часть.** Коллективно-творческое дело «Реклама самой необычной профессии».

## **Второй год обучения.**

### ***Раздел 6. Психология общения (15ч)***

#### **Тема 6.1. Понятие общения.**

**Теоретическая часть.** Понятие общения. Значение общения в жизни человека.

**Практическая часть.** Диагностика уровня общительности.

#### **Тема 6.2 Виды общения.**

**Теоретическая часть.** Виды общения.

**Практическая часть.** Коммуникативные игры и упражнения.

#### **Тема 6.3 Невербальное общение.**

**Теоретическая часть.** Понятие невербального общения.

**Практическая часть.** Игры и упражнения на развитие невербальных навыков общения.

#### **Тема 6.4 Значение жестов в процессе общения.**

**Теоретическая часть.** Виды жестов. Правила интерпретации жестов. Различия жестов в разных странах.

**Практическая часть.** Тест «Знарок невербального общения» Н.Г.Бехталь.

#### **Тема 6.5 Личность и общение**

**Теоретическая часть.** Качества, помогающие и мешающие в процессе общения.

**Практическая часть.** Коммуникативные игры и упражнения.

#### **Тема 6.6 Барьеры в общении.**

**Теоретическая часть.** Барьеры в общении. Преодоление барьеров.

**Практическая часть.** Игра «Моя проблема в общении».

#### **Тема 6.7 Конфликт.**

**Теоретическая часть.** Понятие и виды конфликтов. Положительные и отрицательные стороны конфликта.

**Практическая часть.** Анализ конфликтных ситуаций.

#### **Тема 6.8 Стратегии поведения в конфликте**

**Теоретическая часть.** Основные стратегии поведения в конфликте.

**Практическая часть.** Диагностика собственного поведения в конфликте.

#### **Тема 6.9 Бесконфликтное общение.**

**Теоретическая часть.** Стратегия сотрудничества как основа конструктивного общения в конфликте. Я-высказывание.

**Практическая часть.** Ролевая игра «Конфликты».

**Тема 6.10 Активное слушание.**

**Теоретическая часть.** Правила хорошего слушания.

**Практическая часть.** Игры и упражнения на развитие умения слушать.

**Тема 6.11 Стили общения.**

**Теоретическая часть.** Отличия авторитарного, манипулятивного и демократического стилей общения.

**Практическая часть.** Тест «Мой стиль общения».

**Тема 6.12 Манипуляции.**

**Теоретическая часть.** Понятие манипуляции, типы людей-манипуляторов.

**Практическая часть.** Практическая работа «Портрет манипулятора».

**Тема 6.13 Как противостоять манипуляциям.**

**Теоретическая часть.** Защита от манипуляций: пассивная, активная, контр-манипуляция.

**Практическая часть.** Тренинг «Как сказать нет».

**Тема 6.14. Публичные выступления.**

**Теоретическая часть.** Правила публичных выступлений.

**Практическая часть.** Тренинг публичных выступлений.

## ***Раздел 7. Культура поведения в общении (5ч)***

**Тема 7.1. Этикет в общении.**

**Теоретическая часть.** Понятие этикета. Значение этикета в общении людей.

**Практическая часть.** Блиц-турнир «Знаю ли я правила этикета?».

**Тема 7.2. Умение вести беседу.**

**Теоретическая часть.** Культура приветствия. Правила поведения в личной беседе.

**Практическая часть.** Игры и упражнения по отработке умения вести беседу.

**Тема 7.3. Общение с помощью современных средств связи.**

**Теоретическая часть.** Правила ведения разговора по телефону. Этикет в Интернет-общении.

**Практическая часть.** Деловая игра «Беседа по телефону».

**Тема 7.4. Этикет в повседневной жизни.**

**Теоретическая часть.** Правила посещения театра, кино. Правила приема гостей.

**Практическая часть.** Сюжетно-ролевая игра «Идем в гости».

**Тема 7.5. Деловое общение.**

**Теоретическая часть.** Понятие делового общения. Особенности делового общения. Имидж и этикет делового общения.

**Практическая часть.** Сюжетно-ролевая игра «Устройство на работу».

## ***Раздел 8. Межличностные отношения (14ч)***

**Тема 8.1. Межличностное взаимодействие.**

**Теоретическая часть.** Значение индивидуального восприятия. Приемы эффективного

общения.

**Практическая часть.** Тренинг эффективного общения.

#### **Тема 8.2. Дружба.**

**Теоретическая часть.** Понятие дружбы. Значение дружбы в жизни человека.

**Практическая часть.** Игра «Ищу друга».

#### **Тема 8.3. Психологические особенности юношей и девушек.**

**Теоретическая часть.** Психологические особенности юношей и девушек.

**Практическая часть.** Творческая работа «Идеальный мужчина», «Идеальная женщина».

#### **Тема 8.4. Любовь.**

**Теоретическая часть.** Понятие и виды любви.

**Практическая часть.** Коллаж на тему «Любовь – это...»

#### **Тема 8.5. Вражда и ненависть.**

**Теоретическая часть.** Причины возникновения неприязненных отношений между людьми, их динамика.

**Практическая часть.** Диагностика уровня враждебности.

#### **Тема 8.6. Агрессия.**

**Теоретическая часть.** Понятие агрессии. Виды агрессии: вербальная, предметная, физическая, аутоагрессия.

**Практическая часть.** Диагностика агрессивности.

#### **Тема 8.7. Способы преодоления агрессивности.**

**Теоретическая часть.** Методы и приемы преодоления агрессивности.

**Практическая часть.** Упражнения на преодоление агрессии.

#### **Тема 8.8. Зависть.**

**Теоретическая часть.** Понятие зависти. Причины зависти.

**Практическая часть.** Упражнения на формирование адекватной самооценки.

#### **Тема 8.9. Одиночество.**

**Теоретическая часть.** Понятие одиночества. Причины возникновения одиночества. Характеристики одинокого человека.

**Практическая часть.** Диагностика уровня одиночества. Упражнение «Комплименты».

#### **Тема 8.10. Рефлексия.**

**Теоретическая часть.** Понятие рефлексии. Значение рефлексии в межличностном взаимодействии. Возможность и необходимость самопознания, самонаблюдения и самоанализа.

**Практическая часть.** Упражнения на развитие внимания к окружающим в совместной деятельности.

#### **Тема 8.11. Эмпатия.**

**Теоретическая часть.** Понятие эмпатии. Значение эмпатии в процессе общения.

**Практическая часть.** Диагностика уровня развития эмпатии.

#### **Тема 8.12. Поддержка и принятие.**

**Теоретическая часть.** Виды поддержки.

**Практическая часть.** Сюжетно-ролевая игра «Я тебя понимаю».

### **Тема 8.13. Толерантность.**

**Теоретическая часть.** Понятие толерантности. Качества толерантного человека.

**Практическая часть.** Игры и упражнения на развитие толерантности.

### **Тема 8.14. Итоговое занятие.**

**Теоретическая часть.** Тестирование по пройденным темам.

**Практическая часть.** Творческий проект «В мире психологии».

## **Материально-техническое и методическое обеспечение программы**

Реализация программы требует наличия учебного кабинета.

### ***Оборудование кабинета:***

- посадочные места по количеству учащихся;
- рабочее место учителя;
- место для проведения тренингов.

### ***Технические средства обучения:***

- компьютер, проектор, экран;
- бумага, карандаши.

В основе реализации программы лежит система психолого-педагогических принципов реализации программы: принцип адаптивности; принцип развития; принцип управляемого перехода от деятельности в учебной ситуации к деятельности в реальной жизненной ситуации; принцип целостности содержания; принцип системности; принцип ориентировочной функции знаний; принцип перехода от совместной учебно-познавательной деятельности к самостоятельной деятельности обучающегося; принцип креативности.

В основе механизма реализации программы лежат идеи педагогики сотрудничества и личностно-ориентированного обучения при активной индивидуальной самостоятельной учебной деятельности соразмерной возможности и потребности обучающегося. В программе приоритетной является практико-ориентированная деятельность, реализующая действенный подход: разработка и проведение игр и упражнений. Это, во-первых, обусловлено социальным заказом школ, которые посещают обучающиеся, а во-вторых, учитывая специфику дополнительного образования, способствует развитию творчества и инициативы обучающихся.

В основе организации практической части программы лежат групповые формы работы (сюжетно-ролевые, деловые игры, упражнения, тренинги и т. д.), которые

позволяют продуктивно организовать деятельность педагога и детей, где они учатся самостоятельно ставить цели, сообща выработать план действий, собирать необходимую информацию, осуществлять задуманное, анализировать и оценивать результаты. В этом случае у детей формируется навык самостоятельной работы по развитию познавательных процессов, коммуникативных навыков. Которые они могут использовать в повседневной жизни.

На занятиях используется многообразие продуктивных методов и приемов обучения. Выбор методов обучения определяется учетом возможностей учащихся: возрастных и психофизических особенностей детей и подростков; с учетом специфики изучения данного учебного материала. Большое внимание уделяется практическим занятиям, тренингам, играм.

В процессе обучения большое внимание уделяется наглядному и раздаточному материалу. Учащиеся получают памятки, опорные схемы по различным темам программы. На практических занятиях используются готовые разработки различных видов игр, упражнений, тренингов, диагностических методик. Печатная продукция дополняется видеорядом: презентации.

### **Литература**

1. Климов Е.А. Как выбрать профессию: Кн. Для учащихся ст. классов сред. шк. – 2-е изд., доп.и дораб. – М.: Просвещение,2005.
- 2.Леви В.Л. Искусство быть собой. – Изд. обновл. – М.: Знание, 2008.
- 3.Макмахон Г. Тренинг уверенности в себе. – М.: Эксмо, 2009
- 4.Немов Р.С. Психология: учеб. для студентов высш.пед. учеб. заведений. В 2 кн.Кн.1 и 2 Общие основы психологии. – М.: Просвещение: Владос, 2010.
- 5.Пиз А. Язык телодвижений. – Нижний Новгород: Ай Кью, 2009.
- 6.Практикум по групповой психокоррекции: тренинги, упражнения, ролевые игры/ Т.В. Эксакусто. – Изд.2-е. – Ростов н/Д: феникс, 2008.
- 7.Практическая психология образования/ Под ред.И.В. Дубровиной: Учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений. – М.: ТЦ «Сфера», 2008
- 8.Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-

методическое пособие для психологов и педагогов. – М.: Генезис, 2011.

9.Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. – М.: Институт практической психологии, Воронеж: НПО «МОДЭК», 2007.

10.Сперлинг А.П. Психология /Пер.с англ. С.И.Ананин; Худ.Обл. М.В. Драко. – Минск.: ООО «Попурри», 2009

11.Тайны сознания и бессознательного: Хрестоматия/ Сост. К.В. Сельченко. – Минск.: Харвест, 2008.

