

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа имени ученого-слависта, академика А.М. Селищева  
с. Волово Воловского муниципального округа Липецкой области

**Рассмотрена**

на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30. 08.2024г.

**Утверждена**

приказом № 198 от 30. 08.2024г.  
Директор МБОУ СОШ  
им. А.М. Селищева с. Волово  
\_\_\_\_\_ Т.А. Подоприхина

**Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
социального направления  
«Уроки психологии»  
11 класс  
2024 – 2025 учебный год**

Разработана: Паршутиной  
Натальей Владимировной,  
педагогом-психологом

## **1. Пояснительная записка**

Рабочая программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- приказом Минобрнауки от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (с изменениями, внесенными приказом Минпросвещения от 12.08.2022 № 732);
- приказом Минпросвещения от 18.05.2023 № 371 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования»;
- приказом Минпросвещения от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2;
- Методическими рекомендациями по организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных ФГОС начального общего и основного общего образования, направленными письмом Минпросвещения от 05.07.2022 № ТВ-1290/03;
- планом внеурочной деятельности среднего общего образования, утвержденным приказом МБОУ СОШ им. А.М.Селищева с.Волово от 30.08.2023 № 182;
- рабочей программой воспитания МБОУ СОШ им. А.М.Селищева с.Волово.

### **1.1. Связь рабочей программы курса внеурочной деятельности «Уроки психологии» с программой воспитания на уровне СОО**

Данная программа составлена с учетом рабочей программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие учащегося. Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в Федеральной рабочей программе воспитания;
- в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлечённость в совместную с педагогом и другими детьми деятельность и возможность образования на её основе детско-взрослых общностей.

### **1.2. Общая характеристика курса «Уроки психологии»**

Данный курс внеурочной деятельности предполагает сотрудничество старшеклассников с педагогом-психологом в пространстве проблем самосознания, личностной самореализации и саморегуляции, интеллектуальной и личностной рефлексии. Именно в этот период осознанно формируются нравственные ценности, жизненные перспективы, происходит осознание самого себя, своих возможностей, способностей, интересов, стремления ощущать себя и стать взрослым, тяга к общению со сверстниками, внутри которого оформляются общие взгляды на жизнь, на отношения между людьми, на свое будущее, формируются личностные смыслы жизни.

Программа отражает вполне самостоятельную, завершённую систему психологических знаний, достаточную для получения элементарного психологического образования, которое после общеобразовательной школы может быть продолжено в других учебных заведениях.

Преподавание курса «Уроки психологии» в школе даёт возможность на соответствующих возрастных этапах становления личности способствовать развитию индивида как субъекта психологической активности, способного брать на себя ответственность, самостоятельно ставить перед собой цели и находить пути их достижения, адаптироваться к жизни в сложных современных условиях.

### **1.3. Цели изучения курса внеурочной деятельности «Уроки психологии»**

*Целями* изучения курса внеурочной деятельности «Уроки психологии»:

- развитие готовности ребенка к полноценному взаимодействию с миром природы, миром людей и миром культуры;
- повышение компетентностей учащихся (личностных, социальных, коммуникативных).

### **1.4. Место курса «Уроки психологии» в плане внеурочной деятельности**

На изучение курса внеурочной деятельности «Уроки психологии» отводится 34 часа: в 11 классе – 34 часа (1 час в неделю).

### **1.5. Формы проведения занятий**

*Основными формами* проведения занятий являются:

- обсуждение проблемных вопросов;
- дискуссии;
- анализ ситуаций;
- имитационные и ролевые игры;
- элементы социально-психологического тренинга;
- психогимнастика;
- рисуночные методы;
- техники и приемы саморегуляции;
- метод направленного воображения и др.;
- проведение и анализ результатов психологического тестирования.

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности «Уроки психологии»**

### **Структура, функции и средства общения (7 ч.)**

Общение. Структура и средства общения. Невербальные средства общения. Речевые средства общения. Роль невербальных средств в передаче информации. Стили общения. Виды общения. Манипулирование. Типы манипулятивных систем. Проверочная работа по разделу «Структура, функции и средства общения».

### **Условия и технологии эффективной коммуникации (7 ч.)**

Механизмы межличностного восприятия. Основные феномены межличностного восприятия. Психологические защиты. Механизмы психологических защит. Барьеры в общении. Что мешает полноценному общению. Конструктивное общение. Контроль эмоций. Активное и пассивное слушание. Приемы расположения к себе. Проверочная работа по разделу «Условия и технологии эффективной коммуникации».

### **Конструктивное преодоление конфликтов (4 ч.)**

Конфликт. Понятие конфликта. Стили разрешения конфликтов. Стили разрешения конфликтов. Управление конфликтами. Динамика конфликта. Конструктивное разрешение конфликта. Контроль эмоций. Проверочная работа по разделу «Конструктивное преодоление конфликтов».

### **Психология семейных отношений (5 ч.)**

Психологические аспекты семейных отношений. Проблемы на ранних этапах существования семьи. Детско-родительские отношения. Функции семьи. Стили семейного воспитания. Проверочная работа по разделу «Психология семейных отношений».

#### **Психология малых групп (4 ч.)**

Коллектив и личность. Виды групп. Этапы формирования коллектива. Лидерство. Психологические качества лидера. Типы лидеров. Стили управления.

#### **Деловое общение (3 ч.)**

Деловая беседа. Функции деловой беседы. Фазы беседы. Психологические особенности публичного выступления. Неречевые компоненты публичного выступления.

#### **Профориентация (4 ч.)**

Профессиональное самоопределение. Выбор профессии. Условия выбора профессии. Ошибки при выборе профессии.

Закрепление, обобщение пройденного материала.

### **3. Планируемые результаты курса внеурочной деятельности «Уроки психологии»**

#### **Личностные результаты:**

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- стремление к поиску наиболее эффективных способов учебной деятельности;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

#### **Метапредметные результаты:**

Овладение регулятивными универсальными учебными действиями:

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя;
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению;
- строить речевое высказывание в устной форме.

Овладение познавательными универсальными учебными действиями:

- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя;
- учиться исследовать свои качества и свои особенности
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя;
- учиться наблюдать;
- моделировать ситуацию с помощью учителя.

Овладение коммуникативными универсальными учебными действиями:

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах;
- учиться работать в паре и в группе;
- выполнять различные роли;

- слушать и понимать речь других ребят;
- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

#### 4. Тематическое планирование

| №<br>п/п | Название раздела                                    | Количество<br>часов | Основные виды<br>деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Электронные<br>(цифровые)<br>образовательные<br>ресурсы                                                                                    |
|----------|-----------------------------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.       | Структура, функции<br>и средства общения            | 7                   | Сформировать представления об основных теоретических сведениях научной психологии. Основные представления о психологии общения. Представление о Понятии общения. Анализ структуры и средств общения. Понятие невербальное общение, Овладение невербальной коммуникации, развитие навыков интерпретации невербальных сигналов в общении. Представление речевого общения, распознавание эмоционального состояния людей по интонации, влияние интонации на межличностное общение. Представление о стилях общения. Анализ эффективных стилей общения, освоение правил этикета. Представления о неконструктивном общении. Понимание сущности манипуляции, анализ причин манипуляции. Развитие навыков распознавания и противостояния манипулированию. | <a href="http://psylesson.ru/">http://psylesson.ru/</a><br><a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> |
| 2.       | Условия и технологии<br>эффективной<br>коммуникации | 7                   | Представление межличностного восприятия. Анализ основных феноменов межличностного                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <a href="http://psylesson.ru/">http://psylesson.ru/</a><br><a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> |

|    |                                              |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                    |
|----|----------------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                              |   | <p>восприятия. Способности понимания влияния механизмов восприятия процесс общения. Представление о механизмах психологической защиты, видах психологической защиты. Развитие навыков распознавание и анализа особенностей проявлений психологических защитных механизмов. Понятие барьеры общения. Представления об основных психологических феноменах, препятствующих эффективному общению. Понятие конструктивное общение. Представления о приемах управления эмоциями и конструктивного реагирования на негативные эмоции. Формирование выработки Собственных способов конструктивного общения. Понятие эффективного общения. Представления об активное и пассивное слушание. Освоение Навыков активного И эмпатического слушания. Представления о Способах расположения к себе партнера. Анализ функций знаков внимания.</p> |                                                                                                                                                    |
| 3. | <b>Конструктивное преодоление конфликтов</b> | 4 | <p>Понятие конфликта. Представление о различных стилях конфликта. Углубленное самопонимание, определение собственного стиля поведения в конфликте. Представление о конструктивных способах</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p><a href="http://psylesson.ru/">http://psylesson.ru/</a><br/><a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a></p> |

|    |                                              |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                     |
|----|----------------------------------------------|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                              |   | поведения в конфликте.<br>Анализ методов<br>управления конфликтом.<br>Развитие навыков<br>творческого разрешения<br>конфликтных ситуаций.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                     |
| 4. | <b>Психология<br/>семейных<br/>отношений</b> | 5 | Понятие семья.<br>Представление о<br>роли мужчины и женщины<br>в семейных отношениях.<br>Осознание гендерных<br>различий. Представления<br>об истории<br>развития института<br>семьи. Факторы<br>стабильного брака.<br>Освоение некоторых<br>методов конструктивного<br>разрешения конфликтов в<br>семье. Представления<br>о функциях семьи.<br>Осознание воспитательной<br>функции семьи.<br>Грамотное и неграмотное<br>воспитание. Углубленное<br>Понимание собственных<br>ожиданий от брака. | <a href="http://psylesson.ru/">http://psylesson.ru/</a><br><br><a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-<br/>collection.edu.ru/</a> |
| 5. | <b>Психология малых<br/>групп</b>            | 4 | Понятие малой группы<br>и коллектива.<br>Представления о<br>видах и особенностях<br>малой группы.<br>Понимание распределения<br>ролей в коллективе.<br>Понятие лидер и<br>лидерства. Представление<br>о типах лидерства, стилях<br>управления коллективом.<br>Представление о<br>психологических качествах<br>лидера.                                                                                                                                                                           | <a href="http://psylesson.ru/">http://psylesson.ru/</a><br><br><a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-<br/>collection.edu.ru/</a> |
| 6. | <b>Деловое общение</b>                       | 3 | Представления о деловой<br>беседе, эффективных<br>приемах ведения<br>деловой беседы. Тактики и<br>стили ведения беседы.<br>Развитие навыков<br>грамотного построения<br>делового разговора<br>Представление о<br>компонентах и<br>стратегиях                                                                                                                                                                                                                                                    | <a href="http://psylesson.ru/">http://psylesson.ru/</a><br><br><a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-<br/>collection.edu.ru/</a> |

|                       |                |   |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                 |
|-----------------------|----------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                       |                |   | публичного выступления.<br>Развитие навыков<br>публичного выступления                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                 |
| 7.                    | Профориентация | 4 | Показать связь выбора<br>в профессии с отношением<br>человека к труду. Показать<br>необходимость осознания<br>своих способностей для<br>успешного<br>профессионального<br>самоопределения<br>Раскрыть сложность и<br>неоднозначность.<br>выбора будущей<br>профессии. | <a href="http://psylesson.ru/">http://psylesson.ru/</a><br><a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-<br/>collection.edu.ru/</a> |
| <b>Итого: 34 часа</b> |                |   |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                 |

## Календарно - тематическое планирование

| №<br>п/п                                            | Название раздела.<br>Тема урока                                                   | Кол-<br>во<br>часов | Виды и<br>формы<br>контроля | Дата проведения |          |
|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------------|-----------------|----------|
|                                                     |                                                                                   |                     |                             | по плану        | по факту |
| Структура, функции и средства общения (7 ч.)        |                                                                                   |                     |                             |                 |          |
| 1.                                                  | Общение. Структура и средства общения.                                            | 1                   | Текущий<br>Индивидуальная   | 06.09           |          |
| 2.                                                  | Невербальные средства общения.                                                    | 1                   | Текущий<br>Индивидуальная   | 13.09           |          |
| 3.                                                  | Речевые средства общения.                                                         | 1                   | Текущий<br>Индивидуальная   | 20.09           |          |
| 4.                                                  | Роль невербальных средств в передаче информации.                                  | 1                   | Текущий<br>Индивидуальная   | 27.09           |          |
| 5.                                                  | Стили общения. Виды общения.                                                      | 1                   | Текущий<br>Индивидуальная   | 04.10           |          |
| 6.                                                  | Манипулирование. Типы манипулятивных систем.                                      | 1                   | Текущий<br>Индивидуальная   | 11.10           |          |
| 7.                                                  | Проверочная работа по разделу «Структура, функции и средства общения».            | 1                   | Текущий<br>Индивидуальная   | 18.10           |          |
| Условия и технологии эффективной коммуникации (7ч.) |                                                                                   |                     |                             |                 |          |
| 8.                                                  | Механизмы межличностного восприятия. Основные феномены межличностного восприятия. | 1                   | Текущий<br>Индивидуальная   | 25.10           |          |
| 9.                                                  | Психологические защиты. Механизмы психологических защит.                          | 1                   | Текущий<br>Индивидуальная   | 08.11           |          |
| 10.                                                 | Барьеры в общении. Что мешает полноценному общению.                               | 1                   | Текущий<br>Индивидуальная   | 15.11           |          |
| 11.                                                 | Конструктивное общение. Контроль эмоций.                                          | 1                   | Текущий<br>Индивидуальная   | 22.11           |          |
| 12.                                                 | Активное и пассивное слушание.                                                    | 1                   | Текущий<br>Индивидуальная   | 29.11           |          |
| 13.                                                 | Приемы расположения к себе.                                                       | 1                   | Текущий<br>Индивидуальная   | 06.12           |          |
| 14.                                                 | Проверочная работа по разделу «Условия и технологии эффективной коммуникации».    | 1                   | Текущий<br>Индивидуальная   | 13.12           |          |

| <b>Конструктивное преодоление конфликтов (4ч.)</b> |                                                                                                  |   |                           |                |  |
|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------|----------------|--|
| 15.                                                | Конфликт. Понятие                                                                                | 2 | Текущий                   | 20.12          |  |
| 16.                                                | конфликта. Стили разрешения конфликтов.                                                          |   | Индивидуальная            | 27.12          |  |
| 17.                                                | Управление конфликтом. Динамика конфликта. Конструктивное разрешение конфликта.                  | 1 | Текущий<br>Индивидуальная | 17.01          |  |
| 18.                                                | Проверочная работа по разделу «Конструктивное преодоление конфликтов».                           | 1 | Текущий<br>Индивидуальная | 24.01          |  |
| <b>Психология семейных отношений (5ч.)</b>         |                                                                                                  |   |                           |                |  |
| 19.                                                | Психологические аспекты семейных отношений. Проблемы на ранних этапах существования семьи.       | 1 | Текущий<br>Индивидуальная | 31.01          |  |
| 20.                                                | Детско-родительские отношения.                                                                   | 1 |                           | 07.02          |  |
| 21.                                                | Функции семьи.                                                                                   | 2 | Текущий                   | 14.02          |  |
| 22.                                                | Стили семейного воспитания.                                                                      |   | Индивидуальная            | 21.02          |  |
| 23.                                                | Проверочная работа по разделу «Психология семейных отношений».                                   | 1 | Текущий<br>Индивидуальная | 28.02          |  |
| <b>Психология малых групп и коллективов (4 ч.)</b> |                                                                                                  |   |                           |                |  |
| 24.                                                | Коллектив и личность.                                                                            | 1 | Текущий<br>Индивидуальная | 07.03          |  |
| 25.                                                | Виды групп. Этапы формирования коллектива.                                                       | 1 | Текущий<br>Индивидуальная | 14.03          |  |
| 26.                                                | Лидерство.                                                                                       | 2 | Текущий                   | 21.03          |  |
| 27.                                                | Психологические качества лидера. Типы лидеров. Стили управления.                                 |   | Индивидуальная            | 28.03          |  |
| <b>Деловое общение (3 ч.)</b>                      |                                                                                                  |   |                           |                |  |
| 28.                                                | Деловая беседа. Функции деловой беседы. Фазы беседы.                                             | 1 | Текущий<br>Индивидуальная | 11.04          |  |
| 29.                                                | Психологические особенности публичного выступления. Неречевые компоненты публичного выступления. | 2 | Текущий<br>Индивидуальная | 18.04<br>25.04 |  |
| 30.                                                |                                                                                                  |   |                           |                |  |
| <b>Профориентация (2 ч.)</b>                       |                                                                                                  |   |                           |                |  |

|                        |                                                                              |   |                           |       |  |
|------------------------|------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------|-------|--|
| 31.                    | Профессиональное самоопределение. Выбор профессии. Условия выбора профессии. | 1 | Текущий<br>Индивидуальная | 16.05 |  |
| 32.                    | Ошибки при выборе профессии. Закрепление, обобщение пройденного материала.   | 1 | Текущий<br>Индивидуальная | 23.05 |  |
| <b>Всего: 32* часа</b> |                                                                              |   |                           |       |  |

\*Расхождение между количеством часов в тематическом и календарно-тематическом планировании объясняется исключением из состава учебного времени праздничных дней.

# Лист корректировки КТП

[illegible]