


«Согласованно»

Зам. директором по ВР
МОУ «Гимназия №75
имени Д. М. Карбышева»
 С. Н. Прохорова

«Утверждаю»
Директор МОУ «Гимназия №75
имени Д. М. Карбышева»
/У. В. Емельянова
Приказ № **366** от 0.08.2023 г

Емельянова Ульяна Владимировна
Подписано цифровой подписью:
Емельянова Ульяна Владимировна
Дата: 2023.10.24 11:05:25 +04'00'

**Рабочая программа
внеурочной деятельности
кружок «Основы психологии и самопознания»**

Срок реализации
2023-2024 уч.год
Руководитель
Мордовина Л.Ф.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цели и задачи изучения учебного курса «Основы психологии»

Основной целью преподавания элективного курса «Основы психологии» для учащихся 8-10х классов является изучение основ психологии и формирование психологической культуры учащихся. Изучение курса будет способствовать развитию социальной компетентности учащихся, раскрытию способностей, овладению навыками самоанализа, пониманию чувств и мотивов поведения людей; позитивному повседневному и деловому общению. Основные акценты в процессе обучения предлагается направить на формирование готовности обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, способности ставить цели и строить жизненные планы.

Образовательные задачи:

- формирование у школьников представлений о человекоцентрированной профессиональной деятельности;
- предоставление возможностей для получения опыта психолого-педагогической и социально-педагогической деятельности (профессиональные пробы);
- развитие у школьников навыков XXI века (в том числе склонностей и способностей к психолого-педагогической деятельности).

Общая характеристика учебного предмета

Учебный курс «**Основы психологии. 8-10 классы**» построен с учётом актуальных направлений развития образования, в соответствии с требованиями ФГОС СОО. Межпредметная линия взаимодействия связывает учебный курс «Основы психологии» с общественными и естественными науками. Специфика учебного предмета «Обществознание» обусловлена, прежде всего, его комплексностью в изучении социальных явлений и их значимости в жизни человека. Именно обществознание формирует базис для становления личности обучающихся, развития их мировоззрения и духовно-нравственного развития. В данном контексте учебные курсы «Обществознание» и «Основы психологии» объединяет предоставляемая школьникам возможность понять свои социальные роли, осознать ответственность каждого человека за развитие общества и государства.

Курс «Обществознание» включает такие темы, как «Человек как результат биологической и социокультурной эволюции. Философские и научные представления о социальных качествах человека», «Мышление и деятельность», «Мораль», «Познавательная деятельность человека», «Самооценка личности. Формирование образа «Я»», «Мировоззрение, его место в духовном мире

человека», «Свобода и необходимость в человеческой деятельности».

Обучение основам психологии в интеграции с обществознанием способствует формированию у молодого поколения мотивации целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в предпрофессиональной педагогической деятельности. Учебный курс «Основы психологии» направлен на формирование универсальных учебных действий, обеспечивающих развитие познавательных и коммуникативных способностей учащихся 8-10 классов общеобразовательных организаций. Процесс обучения, функции его участников и взаимодействие между ними в курсе «Основы психологии» предлагается построить в рамках системно-деятельностного подхода, стимулирующего познавательный интерес учащихся. Системно-деятельностный подход в учебном курсе отражается в организации исследовательской деятельности школьников, при которой анализируются ситуации, связанные с психологическими основами образованием, воспитанием и обучением, предлагаются и обсуждаются способы решения и варианты действий, проводятся опросы по актуальным темам о современном образовании в социуме, обсуждаются результаты психологических исследований, формулируются выводы.

Коммуникативная компетентность имеет многогранный характер. Она, прежде всего, выражается в умении представлять информацию в устной или письменной форме, использовать речевые средства для участия в дискуссии и аргументации своей точки зрения, в умении эффективно сотрудничать в совместной групповой деятельности. Развитие коммуникативных универсальных

учебных умений происходит в процессе использования интерактивных форм организации учебной деятельности. Например, использование разных видов дискуссий и групповых работ, в ходе которых обучающиеся структурируют информацию, высказывают и аргументируют собственную позицию по обсуждаемому вопросу о сущности психологических процессов и явлений, формулируют выводы о значении психологических знаний в жизни человека и его профессиональной деятельности, ответственно выполняют в групповой работе индивидуальное задание, от которого зависит результат общей работы, и т. д.

Структура курса включает в себя теоретические положения и практические задания, которые дают возможность обучающимся закрепить и самостоятельно проконтролировать знания, приобретенные при изучении учебной темы курса.

Таким образом, при системно-деятельностном и практико-ориентированном подходе в обучении основам психологии у обучающихся формируются умения в разнообразных видах предпрофессиональной деятельности (организационные, исследовательские, проектные).

Место учебного курса «Основы психологии. 8-10 классы» в учебном плане

Программа структурно относится к типу внеурочных программ и предназначена для работы по ней в среднем общем образовании. Реализация программы рассчитана на год обучения (8-10 классы), содержит вариативную часть и может быть использована также во внеурочной деятельности. Модульный принцип построения учебного курса обеспечивает возможность формирования разных вариантов календарно-тематического планирования.

Учебный курс «Основы психологии» разработан на основе требований к предметным результатам освоения основной общеобразовательной программы среднего общего образования, представленной в федеральном государственном образовательном стандарте среднего общего образования и реализуется в течение 34 ч (из расчёта 1 ч в неделю).

Предлагаемый курс «Основы психологии» может быть включён в учебный план образовательных организаций как самостоятельная учебная дисциплина, как курс внеурочной деятельности, курс дополнительного образования.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса «Основы психологии»

Ориентация на результаты образования — это важнейший компонент федеральных государственных образовательных стандартов. В концепции ФГОС указаны требования к результатам освоения основных общеобразовательных программ, которые структурируются по ключевым задачам общего образования и включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты. В связи с этим результаты изучения учебного предмета «Основы психологии» на уровне среднего общего образования должны быть ориентированы на применение знаний и умений в учебных ситуациях и реальных жизненных условиях и включать личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты обучения отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, способности ставить цели и строить жизненные планы, сформированности мотивации целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, готовности и способности к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности, навыках сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности; сознательном отношении к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности; ответственном отношении к созданию семьи на основе осознанного

принятия ценностей семейной жизни.

Метапредметные результаты включают 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.

Познавательные:

- расширение представлений о мире людей и мире профессий; формирование позитивного и осмысленного имиджа педагогической профессии,
- способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания при решении педагогических задач;
- установление причинно-следственных связей и формулирование аргументов при выборе вариантов действий.

Регулятивные:

- постановка цели действий в процессе решения психолого-педагогических задач;
- умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения как субъекта образовательного процесса с учетом;
- навыки самоконтроля и рефлексии;

Коммуникативные:

- умение продуктивно общаться и взаимодействовать с группой и в группе в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности при поиске возможного решения смоделированных психолого-педагогических ситуаций;
- умение эффективно разрешать конфликты;
- умение использования стратегий и методов эффективного общения, эмпатии и социальной наблюдательности;
- навыки поддержки, убеждения и осуществления влияния;
- навыки самопрезентации и презентации собственного продукта, в том числе с использованием ИКТ;
- освоение опыта взаимодействия в цифровой среде.

Предметные результаты обучения — это освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению.

Предметные результаты обучения включают:

- основные вопросы общей психологии
- природу психики человека; соотношение природных и социальных факторов в становлении психики;
- роль сознания и самосознания в поведении, деятельности человека, формировании его личности
- способы самопознания личностных качеств
- индивидуально-психологические особенности личности
- значение эмоций, чувств, потребностей и мотивов людей
- роль способностей в становлении личности

В результате обучения учащиеся должны уметь:

- дать психологическую характеристику личности, её темперамента, способностей, характера
- интерпретировать собственные психические состояния
- владеть простейшими приемами саморегуляции
- осознавать закономерности восприятия человека человеком
- анализировать полученную информацию, делать выводы
- самостоятельно работать с психолого-педагогической литературой, выполнять и защищать реферативную работу.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА **«Основы психологии. 8—10 классы»**

Модуль 1. «Я – личность»

Знание и понимание

Психология как наука и практика. Психика, ее структура и механизмы функционирования и развития. Сознание и бессознательное. Закономерности влияния бессознательного на наше поведение и самочувствие. Понятие, структура, факторы развития и индивидуальные свойства личности. Развитие эмоционально – волевой сферы личности. Возрастные особенности развития психики.

Способы деятельности:

- понимать и объяснять содержание основных направлений деятельности психолога;
- понимать и объяснять психофизиологические основы функционирования психики;
- понимать и объяснять особенности влияния психических явлений, протекающих на бессознательном уровне, на самочувствие и поведение человека;
- определять индивидуальные различия темперамента и характера, проследить их влияние на личность, деятельность и общение;
- знать и применять способы регуляции психоэмоционального состояния;
- знать и понимать основные новообразования психики в младшем школьном, подростковом и юношеском возрастах;
- понимать и учитывать при организации деятельности возрастные особенности общения и мотивации.

Модуль 2. «Я - ученик»

Знание и понимание

Познавательные психические процессы. Индивидуальный стиль учебной деятельности. Типы восприятия. Психологические закономерности и техники эффективной работы с информацией. Целеполагание и мотивация в учебной деятельности. Психологические основы самоорганизации. Прокрастинация. Экзаменационный стресс и его профилактика.

Способы деятельности:

- понимание основных факторов, механизмов и закономерностей протекания психических процессов
- структурирование, анализ и проверка достоверности информации
- постановка и описание достижимых целей профессионально – личностного развития
- саморегуляция психоэмоционального состояния в стрессовой ситуации

Модуль 3. «Я – лидер»

Знание и понимание

Психологические закономерности процесса общения. Барьеры общения. Особенности общения с аудиторией. Ролевые позиции в общении. Психологический анализ конфликтной ситуации. Бесконфликтное взаимодействие. Лидерство и влияние. Особенности деловой коммуникации. Психологические основы уверенного поведения. Толерантность к неопределенности. Работа с возражениями. Навыки публичного выступления.

Способы деятельности:

- понимание психологических факторов и условий эффективного общения
- знание психологических закономерностей установления контакта с аудиторией
- понимание значимости ролевой позиции в процессе общения
- навыки анализа конфликтной ситуации и бесконфликтного взаимодействия
- психологические особенности деловой коммуникации
- навыки уверенного поведения

Модуль 4. «Я – профессионал»

Знание и понимание

Саморефлексия. Самодиагностика и анализ профессионально важных качеств личности. Личностный профиль. Социальный профиль. Профессиональные интересы и склонности. Профессиональное самоопределение и мотивация. Психogramмы. Карьерная перспектива и личный профессиональный план.

Способы деятельности:

- понимание собственных познавательных, личностных и коммуникативных особенностей
- навык построения собственной профессиональной перспективы и формулирование профессионального плана
- понимание закономерностей взаимосвязи задатков и способностей в профессиональной деятельности
- анализ соответствия собственных профессионально – важных качеств и требований выбранной профессии.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ И ОСНОВНЫЕ ВИДЫ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ курса «Основы психологии. 8-10классы»

Тематическое планирование предполагает объем курса 34 ч (из расчёта 1ч в неделю).

Тема	Виды учебной деятельности	Характеристика основных видов деятельности
Введение(1ч)		
Вводный урок	Учебно-познавательная	Узнают особенности изучаемого предмета и содержание курса; обсуждают цели и задачи курса обучения
Модуль 1. «Я – личность» (8 ч)		
Тема 1. Что такое психология? (1ч.)	Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссия «Актуальные запросы к психологической службе») Учебно-познавательная	Изучают физиологические механизмы и закономерности работы психики; анализируют современные задачи психологии и направления деятельности психолога; формулируют и высказывают свою точку зрения, приводят аргументы; анализируют мнения других учащихся, рефлексиируют
Тема 2. Человек и личность (1 ч.)	Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссия «Что определяет нас: наследственность или среда?») Практическая работа с интернет-ресурсом «Типологии личности» Учебно-познавательная, учебно-практическая	Знакомятся с понятием личность и ее структурой; анализируют схожесть и различия понятий «человек», «индивид», «личность» и «индивидуальность»; обсуждают значение биологических и социальных факторов в формировании личности человека; аргументируют свою точку зрения; анализируют ответы других учеников; рефлексиируют.
Тема 3. Индивидуальные свойства личности.(1 ч.)	Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссии по заданным темам в группах) Учебно-познавательная, учебно-практическая	Изучают связь темперамента и врожденных особенностей нервной системы; знакомятся с психологическими и поведенческими отличиями четырех видов темперамента; анализируют факторы, влияющие на формирование характера; задают вопросы; рефлексиируют.

<p>Тема 4. Психология младшего школьного возраста.(1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссии по заданным темам в группах)</p> <p>Учебно-познавательная, учебно-практическая.</p>	<p>Знакомятся с психологическими закономерностями развития психики в младшем школьном возрасте; анализируют роль учителя в развитии личности младшего школьника; аргументируют свое мнение; в микрогруппах осуществляют поиск информации в интернет – источниках и заполняют информационные буклеты по проблемам «Адаптация к школе», «Профилактика конфликтов в начальной школе», «Возрастной кризис в младшем школьном возрасте»; представляют буклеты; анализируют ответы других учеников; рефлексируют.</p>
<p>Тема 5. Психология подросткового возраста(1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссия «Подросток – ребенок или взрослый?») </p> <p>Совместный разбор кейса по психологии подростка</p> <p>Учебно-познавательная, учебно-практическая</p>	<p>Знакомятся с психологическими закономерностями развития психики в подростковом возрасте; анализируют двойственную позицию подростка в социуме; аргументируют свою точку зрения; узнают психологические факторы переживания кризиса подросткового возраста; участвуют в разборе кейса, выдвигают и аргументируют гипотезы, анализируют гипотезы других учеников; рефлексируют.</p>
<p>Тема 6. Психология юношеского возраста(1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссии по заданным темам в группах)</p> <p>Совместное создание интеллект-карты.</p> <p>Совместное заполнение памятки «Рекомендации по преодолению кризиса юношеского возраста»</p> <p>Учебно-познавательная</p>	<p>Знакомятся с психологическими закономерностями развития психики в юношеском возрасте; обобщают информацию об основных новообразованиях, личностных и социальных задачах развития и создают интеллект-карту; знакомятся с предпосылками и содержанием возрастного кризиса юношеского возраста; формулируют рекомендации по его преодолению; аргументируют свою точку зрения; рефлексируют.</p>
<p>Тема 7. Эмоции и чувства(1 ч.)</p>	<p>Лекция</p> <p>Работа с интернет-источником «Физиологические основы эмоций и чувств»</p> <p>Учебно-познавательная, учебно-практическая.</p>	<p>Узнают о филогенезе и функциях эмоций у животных и людей; анализируют сходство и различия понятий «эмоции и чувства»; собирают информацию в интернет – источниках и представляют результаты научного поиска; задают вопросы и рефлексируют; овладевают базовыми приемами дыхательной гимнастики и релаксации для эмоциональной саморегуляции.</p>

<p>Тема 8. Эмоциональный интеллект(1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами кейс - стади Практикум «Определение эмоций по внешним признакам» Применение техник активного слушания, развития эмоционального интеллекта</p> <p>Учебно-познавательная, учебно-практическая.</p>	<p>Анализируют изображения людей и тренируются определять их эмоциональное состояние по невербальным признакам; знакомятся с научными подходами к анализу признаков эмоций и чувств; тренируются определять базовые эмоции по лицевым микровыражениям обсуждают важность умения слушать для понимания чувств других людей; работают в парах для тренировки применения техник активного.</p>
<p>Модуль 2. «Я – ученик» (8 ч)</p>		
<p>Тема 1. Ощущение и восприятие.(1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами проблемного изложения</p> <p>Учебно-познавательная, учебно-исследовательская.</p>	<p>Знакомятся с основными закономерностями ощущений и восприятия; анализируют как индивидуальные особенности ощущений и прошлого опыта влияют на восприятие реальности; проводят исследование интернет – источников для объяснения иллюзий и ошибок восприятия.</p>
<p>Тема 2. Внимание (1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами проблемного изложения</p> <p>Практикум. Техники развития внимательности.</p> <p>Учебно- познавательная; учебно – практическая.</p>	<p>Знакомятся с функциями и свойствами внимания, анализируют влияние индивидуально – типологических особенностей человека на его внимательность. обсуждают в микрогруппах и создают интеллект – карту «Условия и угрозы внимательности»; тренируются применять техники развития внимательности.</p>
<p>Тема 3. Память 12 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами проблемного изложения. Практикум воспроизведение эксперимента Ф. Ч. Бартлета по исследованию закономерностей запоминания информации.</p> <p>Учебно- познавательная; учебно – практическая.</p>	<p>Знакомятся с функциями, видами и основными процессами памяти; обсуждают в микрогруппах и презентуют основные факторы влияющие на запоминание и сохранение информации; проводят в классе эксперимент Ф.Ч. Бартлета и по его результатам анализируют закономерности передачи и сохранения в памяти логически структурированной информации; рефлексиируют.</p>
<p>Тема 4. Мышление(1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссия «влияние индивидуальных особенностей мышления на учебную деятельность»)</p>	<p>Узнают о функциях, видах и процессах мышления; используя информацию из интернет – источников анализируют отличие мышления детей и взрослых и заполняют таблицу; анализируют сходства и различия понятий</p>

	<p>Работа с интернет - источникам и заполнение таблицы «Развитие мышление на разных этапах онтогенеза»</p> <p>Создают интеллект – карту «структура и виды интеллекта»</p> <p>Учебно- познавательная; учебно – практическая.</p>	<p>«мышление» и «интеллект»); знакомятся с теориями интеллекта и создают интеллект- карту.</p>
<p>Тема 5. Воображение и представление. (1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссия «Роль воображения в повседневной жизни»)</p> <p>Семинар – практикум «Применение техник создания новых образов в современном искусстве»</p> <p>Учебно- исследовательская; учебно – познавательная.</p>	<p>Узнают о функциях, видах и индивидуальных свойствах воображения; анализируют схожесть и отличия процессов воображения и представления; узнают о закономерностях формирования представлений о мире; аргументируют свою точку зрения; рефлексиируют; в микрогруппах готовят и представляют сообщения о примерах применения техник создания новых образов в современном искусстве.</p>
<p>Тема 6. Индивидуально- психологические особенности учебной деятельности (1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссии по заданной теме в микрогруппах)</p> <p>Работа с интернет – источником «Типы восприятия информации»</p> <p>Учебно- познавательная; учебно – практическая.</p>	<p>Знакомятся с понятием «индивидуальный стиль деятельности», факторами его формирования и способами самокоррекции; обсуждают теорию типов восприятия информации; анализируют влияние когнитивных стилей на учебную деятельность и возможность его учета при подготовке к занятиям; аргументируют свою точку зрения; рефлексиируют.</p>
<p>Тема 7. Целеполагание в учебной деятельности (1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами проблемного изложения (проблемный вопрос «Как сформулировать достижимую цель?»)</p> <p>Практикум по постановке целей учебно – профессионального развития.</p> <p>Учебно- познавательная; учебно – практическая.</p>	<p>Анализируют схожесть и различия понятий «цель» и «задачи»; анализируют свой опыт и формулируют факторы, влияющие на достижение цели; знакомятся с техниками постановки достижимых целей в учебно – профессиональном развитии.</p>
<p>Тема 8. Самоорганизация в учебной деятельности (1 ч.)</p>	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (дискуссия на тему «Мотивы выбора профессии»)</p> <p>Практикум по борьбе с</p>	<p>Изучают феномен мотивации, виды и уровни мотивов; обсуждают возможные способы самомотивации и анализа мотивов в учебно- профессиональной деятельности; анализируют современные подходы к</p>

	прокрастинацией Учебно- познавательная; учебно – практическая.	пониманию причин прокрастинации; знакомятся и пробуют применять психологические техники преодоления прокрастинации.
Модуль 4. Я лидер (5 ч.)		
Тема 1. Психология общения(1 ч.)	Интерактивная лекция с элементами беседы Учебно- познавательная;	Знакомятся с функциями и психологической структурой процесса общения; составляет глоссарий по теме; анализирует цели участников общения; изучает психологические закономерности и отличия индивидуального и группового, прямого и опосредованного общения.
Тема 2. Психология конфликта.(1 ч.)	Интерактивная лекция с элементами беседы Учебно- познавательная;	Изучают психологическую структуру и динамику конфликта; знакомятся с основными стратегиями поведения участников конфликтной ситуации; анализируют психологические рекомендации по профилактике и предотвращению эскалации конфликтов; заполняют глоссарий по теме.
Тема 3. Психология делового общения(1 ч.)	Интерактивная лекция с элементами беседы; Учебно- познавательная	Изучают психологические закономерности ведения эффективной деловой беседы; анализируют особенности установления контакта, восприятия и передачи информации при опосредованном (сотовая связь или интернет) общении; заполняют глоссарий по теме; обсуждают в группах психологическое значение делового этикета; заполняют памятку «рекомендации по повышению эффективности делового общения».
Тема 4. Тренинг уверенного поведения(1 ч.)	Практикум (тренинг уверенного поведения) Учебно- практическая;	Учатся техникам психической саморегуляции в напряженных и стрессовых ситуациях; узнают о возможностях использования характеристик речи и невербальных сигналов для демонстрации уверенности в себе; учатся составлять план и организовывать деятельность в условиях неопределенности; ведут дневник самоанализа; рефлексиируют.
Тема 5. Психология успешного публичного выступления (1 ч.)	Интерактивная лекция с элементами проблемного изложения (проблема «факторы успешного публичного выступления») Учебно- познавательная	Изучают структуру публичного выступления; анализируют возможности применения полученных навыков уверенного поведения при проведении презентации; анализируют особенности удержания группового внимания.
Модуль 5. Я – профессионал (12 ч.)		

Тема 1. Я познающее. Как я ощущаю и воспринимаю мир.(3 ч.)	Интерактивная лекция с элементами беседы Диагностический практикум Учебно- познавательная; Учебно- практическая;	Осуществляют самодиагностику наблюдательности, концентрации и переключения внимания при помощи методик «Таблицы Шульте» и «Корректирующая проба Бурдона»; готовят заключение по результатам диагностики: описывают сильные и слабые стороны своих индивидуальных особенностей внимания; обсуждают возможные пути компенсации недостатков внимания; рефлексировать.
	Интерактивная лекция с элементами беседы Диагностический практикум Учебно- познавательная; Учебно- практическая;	Осуществляет самодиагностику общей способности к запоминанию информации; диагностику различных видов памяти;изучают различные техники запоминания и анализируют какие техники запоминания будут наиболее эффективны с учетом выявленных особенностей памяти.
	Диагностический практикум Учебно- познавательная; Учебно- практическая;	Осуществляют самодиагностику общего уровня мышления, диагностику вербального, пространственного, математического мышления при помощи методик «Краткий ориентировочный тест» и «Прогрессивные матрицы Равена», готовят заключение по результатам диагностики: описывают сильные и слабые стороны своих индивидуальных особенностей мышления; обсуждают возможные пути компенсации недостатков мышления; рефлексировать.
Тема 2. Я индивидуальное. Какой я?(2 ч.)	Диагностический практикум Эссе «Мой личный портрет» Учебно- практическая;	Осуществляют самодиагностику личности при помощи проективной методики «Дом, дерево, человек»; анализируют результаты, выделяют проблемные области и ресурсы профессионально – личностного развития.
	Диагностический практикум. Учебно- практическая;	Осуществляют самодиагностику эмоционально – чувственной сферы при помощи методик Люцина, опросник Басса – Дарки и тест тревожности Филлипса; ведут дневник настроения; анализируют результаты, выделяют проблемные области и ресурсы профессионально – личностного развития.

Тема 3. Я социальное. Каким меня видят другие люди?(2 ч.)	<p>Диагностический практикум</p> <p>Учебно- практическая;</p>	<p>Осуществляют самодиагностику коммуникативных способностей, стратегий поведения в конфликте и социально фрустрации; анализируют результаты, выделяют проблемные области и ресурсы профессионально – личностного развития.</p>
	<p>Интерактивная лекция с элементами беседы</p> <p>Диагностический практикум</p> <p>Учебно- практическая;</p>	<p>Изучают теорию социометрии ж. Морено; анализируют различия и характеристики разных социометрических статусов; участвуют в проведении социометрического исследования в классе; анализируют результаты; обсуждают факторы, влияющие на социометрический статус.</p>
Тема 4. Профессиональные интересы и склонности(2 ч.)	<p>Интерактивная лекция с элементами дискуссии (успех в профессии: врожденный талант или приобретенные умения)</p> <p>Учебно- познавательная;</p>	<p>Знакомятся с видами и типами способностей, анализируют сходства и различия понятий задатки, способности, одаренность, талант; обсуждают факторы развития способностей и роль врожденных задатков в профессиональном развитии; аргументируют свою точку зрения; рефлексиируют</p>
	<p>Диагностический практикум</p> <p>Практикум по созданию</p>	<p>Осуществляют самодиагностику интересов и склонностей при помощи</p>
	<p>карты интересов и способностей</p> <p>Учебно- практическая;</p>	<p>методики «Карта интересов Голломштока»; заполняют личную карту интересов; анализируют результаты, выделяют проблемные области и ресурсы профессионально – личностного развития.</p>
Тема 5. Мое место в мире профессий(2 ч.)	<p>Творческий практикум (семинар – конференция «Самые востребованные профессии»)</p> <p>Учебно- познавательная;</p> <p>Учебно- практическая;</p>	<p>Ставят исследовательскую задачу, находят ресурсы, планируют и осуществляют поисковую деятельность, выбирают одну из востребованных на рынке труда профессий и изучают ее профессиограмму и психограмму; презентуют результаты; анализируют ответы других учеников; задают вопросы; соотносят выводы по результатам самодиагностики о соответствии профессионально – важных качеств личности требованиям выбранной профессии.</p>

<p>Тема 6. Проектирование траектории профессионального развития(1 ч.)</p>	<p>Практическое занятие (Создание и оформление личного профессионального плана) Учебно- практическая;</p>	<p>Анализируют содержание понятий «личная профессиональная перспектива» и «личный профессиональный план»; знакомятся со структурой профессионального плана, этапами его создания; социальными и личностными факторами, которые необходимо учитывать при планировании; создают профессиональный план; презентуют его классу; анализируют профессиональные планы других учеников; рефлексиируют.</p>
---	--	--

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение учебного процесса

Для организации занятий предполагается использование стандартного оборудования кабинетов общеобразовательных организаций. Вместе с тем для проведения большого количества занятий необходимо наличие у обучающихся персональных компьютеров с выходом в Интернет и мультимедийный проектор с экраном и выходом в Интернет.

Цифровые ресурсы курса

1. Психология — <http://www.psychologies.ru/>
2. Psychojournal — <http://psychojournal.ru/>
3. Psy-practice — <https://psy-practice.com/>
4. Моноклер — <https://monocler.ru/category/psychology/>

Дополнительная литература

1. Абраменкова, В.В. Социальная психология детства: Уч. / В.В. Абраменкова. - М.: Инфра-М, 2018. - 160 с.
2. Барсукова, О.В. Психология личности: определения, схемы, таблицы / О.В. Барсукова, Т.В. Павлова, Ю.А. Тушнова. - Рн/Д: Феникс, 2019. - 240 с.
3. Макеев, В.А. Психология делового общения. Имидж и нормы этикета / В.А. Макеев. - М.: КД Либроком, 2015. - 272 с.
4. Столяренко, Л.Д. Психология общения: учебник для колледжей / Л.Д. Столяренко. - Рн/Д: Феникс, 2019. - 317 с
5. Столяренко, Л.Д. Психология личности: учебное пособие / Л.Д. Столяренко. - Рн/Д: Феникс, 2017. - 396 с.
Шарухин, А.П. Психология делового общения / А.П. Шарухин. - М.: Academia, 2017. – 336 с.