**Пояснительная записка**

Данная программа составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования на основе программы «Уроки психологии в 10 классе» под редакцией Дубровиной .

***Общая характеристика курса***

Рабочая программа составлена на основе авторской программы «Психология» А.Д. Андреевой, Е.Е. Даниловой, И.В. Дубровиной, Д.В. Лубовского, А. М. Прихожан, Н.Н. Толстых.

 Преподавание курса психологии в средних общеобразовательных учреждениях представляется актуальной и важной задачей образо­вания, получившего социальный заказ на подготовку подрастающего поколения к жизни в правовом демократическом государстве. Имен­но личностные, психологические факторы выступают на первый план в работе над этой важной задачей. Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, понимание интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить свои отношения с окружающими, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом — все это относится к необходимым компонентам личности гражданина де­мократического общества. Цель преподавания психологии школе это овладение каждым школьником элементарной психологической культурой, которая является частью общей культуры и обеспечивает ему полноправное вступление в самостоятельную жизнь, развитие готовности к полноценному взаимодействию с миром.

 Данный учебный курс направлен на решение психолого-педагогических задач, обеспечивающих становление личности ребенка:

-формирование общих представлений о психологии как науке;

-пробуждение интереса к другим людям и самому себе;

- развитие интеллектуальной сферы;

- развитие самосознания, эмоциональной сферы.

Освоение учебного материала даст обучающимся возмож­ность приблизиться к пониманию феномена человека, уникально­сти его внутреннего мира и неразрывной связи с миром внешним, другими людьми, нациями, человечеством в целом. Обучающиеся смогут научиться моделировать свое будущее, принимать ре­шения, делать выбор и нести за него ответственность, отстаивать свои права, уважая интересы других людей, что позволит ощущать себя полноправными гражданами общества, активными субъекта­ми деятельности и социальной действительности.

В 10-м классе учащиеся знакомятся с видами жизненного самоопределения человека: личностным, профессиональным, социальным; усваивают сущность понятия психологической готовности к самоопределению, осознают, что юношеский возраст является наиболее благоприятным и ответственным периодом самоопределения.

В ходе изучения курса психологии в 10 классе учащиеся должны знать/понимать:

* Что такое самоопределение, жизненные цели и что может нарушить процесс самоопределения;
* Что такое эмоциональные состояния и чувства, саморегуляция;
* Что такое способности и склонности и их учет в выборе будущей профессии
* Что такое семья, брак, семейные отношения и роли;
* характер, черты характера, и как он влияет на успехи в школе и жизни.
* Что такое темперамент и его влияние на способности.

Уровень понимания, а следовательно и усвоения этих тем будет зависеть прежде всего от тех знаний, которые были получены ранее, , и от того личностного смысла, который предшествующие и новые знания будут иметь для самих учащихся.

**Ожидаемые, планируемые результаты.**

***Предметные результаты.***

1. Знание общественно-исторической обусловленности человеческих способностей.
2. Понимание психологических механизмов развития способностей.
3. Понимание роли общих способностей для достижения успешности в обучении и в жизни.
4. Формирование представления о специальных способностях и их связи с различными видами человеческой деятельности.
5. Формирование представления о том, что роднит понятия «способности», «талант», «гениальность» и что дает основания их различать.

***Личностные результаты***

1. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.
2. Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
3. 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.
4. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.
5. Стремление к поиску наиболее эффективных способов учебной деятельности.
6. Формирование коммуникативной компетентности в общении и  сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.
7. Формирование ценности  здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметные результаты**

1. освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
2. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
3. формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
4. активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач;

5) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Усвоение учебного материала реализуется с применением основных групп **методов обучения** и их сочетаний:

1. Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности: словесные (рассказ, беседа), наглядных (иллюстрационных и демонстрационных), практических, и самостоятельная работа учащихся.
2. Методы стимулирования и мотивации учебной деятельности: познавательные игры, творческие задания.
3. Методы контроля и самоконтроля за эффективностью учебной деятельности: индивидуальный опрос, фронтальный опрос, письменные работы.

В процессе изучения курса используются следующие **формы промежуточного контроля**: тестовый контроль, проверочные работы, словарные диктанты.

Применяются следующие **способы обучения**: индивидуальный, индивидуально-групповой, групповой, коллективный.

В качестве **средств обучения** используются: учебно-наглядные пособия (таблицы), организационно-педагогические средства (карточки, раздаточный материал), мультимедийные средства, электронные образовательные ресурсы

В процессе обучения применятся следующие **формы организации работы обучающихся**: фронтальная, индивидуальная, парная, групповая, коллективная.

Основное содержание курса

**Тематический план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | тема | Кол-во часов | Кол-во проверочных работ |
|  | Введение | 2ч |  |
| 1. | Юность – пора самоопределения | 8ч | 1 |
| 2. | Личностное самоопределение | 18ч | 1 |
| 3. | Профессиональное самоопределение | 8ч | 1 |
| 4. | Социальное самоопределение | 18ч | 1 |
| 5. | Что может нарушить процесс самоопределения | 12ч | 1 |
|  | Заключение  | 2ч |  |
|  | Итого: | 68ч | 5 |

**Поурочный план**

**Введение (2 урока).**

Психология самоопределения. Что такое психологическая готовность к самоопределению, социализация, ценностные ориентации, выбор.

1. **Юность – пора самоопределения (8 уроков).**

Что такое самоопределение, мировоззрение, идентичность, рефлексия, смысл жизни. Какова роль временной перспективы для самоопределения и личностного развития. Как эффективно использовать время своей жизни, планирование.

1. **Личностное самоопределение (18уроков).**

Чувства, как отражение личности человека, его индивидуальных особенностей и жизненного опыта. Структура и роль чувств, эмоций и эмоциональных состояний. Развитие чувств в онтогенезе. Высшие чувства. Психологическая характеристика чувств.

1. **Профессиональное самоопределение (8 уроков).**

Личностные факторы профессионального самоопределения. Условия успешного профессионального самоопределения. Выбор будущей профессии. Индивидуальный стиль деятельности. Карьера.

1. **Социальное самоопределение (18 уроков)**

Роль и значение семьи в жизни человека. Психологические особенности мужчин и женщин, социальные стереотипы. Любовь в семье. Психологическая совместимость.

1. **Что мажет нарушить процесс самоопределения (12 уроков)**

Психологические барьеры. Психологический стресс, его причины, формы и способы преодоления. Психологические зависимости. Способы уверенного отказа.

**Заключение (2 урока).**

Обобщение основных аспектов проблемы самоопределения личности**.**

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **дата** |  **№ урока в теме** | **Наименование раздела,****темы** | ***Осваиваемые учебные действия (умения) и модели*** | **Основные понятия** | **Примечание** |
| 1 |  | 1-2 | Введение. Общие понятия о самоопределении | Ввести обучающихся в новую для них область психологических знаний – психологию самообразования. Психические свойства личности. | Самопределение, психологическая готовность к самоопределению, социализация, индивидуализация, ценностные ориентации, выбор |
| **Раздел 1. Юность - пора самоопределения – 4 ч.** |
| 2 |  | 3-4 | На пороге взрослой жизни. Мировоззрение и самоопределение.  | Представление об основных психологических характеристиках возраста ранней юности. Понятие «мировоззрение» в контексте самоопределения. | Юность, идентичность, мировозрение, теоретическое мышление, рефлексия, смысл жизни |  |
| 3 |  | 5-6 | Жизненные цели и временная перспектива. Время в жизни человека. | Роль временной перспективы для самоопределения и личностного развития.  | Время, временная перспектива, жизненные цели |  |
| 4 |  | 7-8 | Свойства временной перспективы. Поколения формируются в юности  | Свойства временной перспективы. Возможности эффективно использовать время. Роль сопричастности поколению в самоопределении человека | Планирование, временная перспектива, отношение к будущему Историческое время, когорта, самоопределение, юность, поколение, |  |
| 5 |  | 9-10 | ***Обобщение по теме******«* Юность - пора самоопределения»** |  |  |  |
| **Раздел 2. Личностное самоопределение – 10 ч.** |
| 6 |  | 11-12 | Чувства - важнейшая характеристика личности | Представление о том, что чувства являются отражением личности человека, его индивидуальных особенностей и жизненного опыта | Чувства, внутренний мир,, личность, прошлый опыт |  |
| 7 |  | 13-14 | Эмоциональные состояния и чувства | Эмоции, чувства, эмоциональные состояния, их структура и роль в эмоциональной сфере человека | Чувства, эмоции, эмоциональные состояния, настроение, аффект, страсть, стресс. |  |
| 8 |  | 15-16 | Развитие чувств в онтогенезе | Основные направления возрастного развития чувств | Возрастное развитие, импульсивность чувств, эмоциональная уязвимость, устойчивые чувства, саморегуляция чувств, социализация чувств. |  |
| 9 |  | 17-18 | Высшие чувства | Основные категории высших чувств | Нравственные, эстетические, интеллектуальные чувства |  |
| 10 |  | 19-20 | Психологическая характеристика нравственных чувств (смущение и застенчивость) | Психологические особенности чувств их социальная функция | Чувства, переживания, внешнее проявление чувств, социальная функция чувств |  |
| 11 |  | 21-22 | Психологическая характеристика чувства вины, стыда. | Социальная функция чувства вины | Стыд, вина |  |
| 12 |  | 23-24 | Психологическая характеристика чувства долга, ответственности, чести и достоинства | Социальная функция чувства долга, ответственности, чести и достоинства | Долг, ответственность, собственное достоинство, честь |  |
| 13 |  | 25-26 | Психологическая характеристика моральных чувств | Негативные моральные чувства, чувство привязанности | Надежная привязанность, болезненная привязанность |  |
| 14 |  | 27-28 | Психологическая характеристика чувства одиночества | Социальная функция чувства одиночества | Одиночество, избирательность в общении |  |
| 15 |  | 29-30 | ***Обобщение по теме******«* Личностное самоопределение*»***  |  |  |  |
| **Раздел 3. Профессиональное самоопределение – 4 ч** |
| 16 |  | 31-32 | Отношение к труду и самооценка в процессе профессионального самоопределения | Показать связь выбора профессии с отношением человека к труду | Профессиональное самоопределение, труд, самосознание, самооценка, жизненная перспектива |  |
| 17 |  | 33-34 | Способности и склонности | Показать необходимость осознания своих способностей для успешного профессионального самоопределения | Интересы, способности, склонности, интеллект, креативность, обучаемость, призвание |  |
| 18 |  | 35-36 | Выбор будущей профессии. | Раскрыть сложность и неоднозначность выбора будущей профессии. | Выбор профессии, внутренние причины выбора, внешние причины выбора |  |
| 19 |  | 37-38 | ***Обобщение по теме******«* Профессиональное самоопределение*»*** |  |  |  |
| **Раздел 4. Социальное самоопределение – 9 ч** |
| 20 |  | 39-40 | Семья и брак. Функции современной семьи | Показать значение семьи, как важнейшей ценности | Брак, семья, супруги, семейные отношения, функции семьи |  |
| 21 |  | 41-42 | Психологические особенности мужчин и женщин | Познакомить с имеющимися в науке данными о психологических особенностях мужчин и женщин. | Гендерные особенности, психологические особенности мужчин и женщин |
| 22 |  | 43-44 | Социальные стереотипы мужественности и женственности | Познакомить с проблемой социальных стереотипов мужественности и женственности | Социальные стереотипы, гендерные стереотипы, гендерная роль, андрогиния. |  |
| 23 |  | 45-46 | Любовь – высшее человеческое чувство | Раскрыть психологическое содержание феномена любви | Любовь, аттракция, амбивалентность любви |  |
| 24 |  | 47-48 | Многообразие проявлений чувства любви | Раскрыть феномен любви во всем многообразии его проявлений | Виды любви |  |
| 25 |  | 49-50 | Любовь и семья | Развитие чувства любви в браке, создание условий для ее сохранения | Супружеская любовь, любовная атмосфера в семье |  |
| 26 |  | 51-52 | Семейные отношения | Дать представление о семье, как о системе ролевых отношений,  | Семейные роли, конфликт ролевых представлений |  |
| 27 |  | 53-54 | Супружеские отношения | мотивы вступления в брак, ожидания в браке, уровни совместимости супругов | Мотивы заключения брака, ожидания в отношении брачного партнера, «идеальный супруг» |  |
| 28 |  | 55-56 | **Обобщение по теме « Социальное самоопределение»** |  |  |  |
| **Раздел 5.что может нарушить процесс самоопределения – 6 ч** |
| 29 |  | 57-58 | Психологические барьеры самоопределения | Дать представление о психологических барьерах самоопределения, их формах и способах преодоления | Психологический барьер, выученная беспомощность |  |
| 30 |  | 59-60 | Психологический стресс. Фрустрация. | Дать представление о причинах, формах, особенностях протекания психологического стресса и фрустрации, их роль в самоопределении и способах преодолении их негативных форм | Психологический стресс, фрустрация, агрессия, цель, мотив, защитные механизмы. |  |
| 31 |  | 61-62 | Психологические зависимости. Бегство в иллюзии | Дать представление о психологических зависимостях, как непродуктивных способах справляться с жизненными трудностями | Психологическая зависимость, интерес |  |
| 32 |  | 63-64 | Игровая зависимость. Интернет-зависимость | Раскрыть механизмы возникновения игровой и Интернет -зависимости, познакомить со способами их профилактики и преодоления | Игровая зависимость, Интернет-зависимость |  |
| 33 |  | 65-66 | Общие характеристики психологической зависимости | Выделить общие признаки психологической зависимости; выработать совместно общие подходы к их профилактике и преодолению | Психологическая зависимость, зависимость от другого человека |  |
| 34 |  | 67-68 | **Итоговое обобщение** |  |  |  |
| Итого: 68 ЧАСОВ  |

**В комплект методического материала** к программе входят:

Преподавание психологии в школе (3-11 кл.) учебно-методическое пособие под ред. И.В.Дубровиной. М. , 2007г.А.Д. Андреевой, Е.Е. Даниловой, И.В. Дубровиной, Д.В. Лубовского, А. М. Прихожан, Н.Н. Толстых.

- учебник «Психология» 10 класс А.Д. Андреевой, Е.Е. Даниловой, И.В. Дубровиной, Д.В. Лубовского, А. М. Прихожан, Н.Н. Толстых.

Дополнительная литература:

Я.Коломенский «Основы психологии» Учебник для учащихся старших классов и студентов первых курсов высших учебных заведений