**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ**

**«ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ЦЕНТР НЕПРЕРЫВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

**Международная лингвистическая школа**

**(МЛШ)**

|  |
| --- |
| **«СОГЛАСОВАНО»** |
| **Заместитель директора МЛШ** |
| **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_М.Н. Артеменко** |

**Рабочая программа**

**учебного предмета «Основы психологии» 10 класс**

Составил: Пежемский А.А.,

педагог-психолог

Срок реализации: 1 учебный год

г. Владивосток

2020 г.

**Пояснительная записка**

Программа данного курса полностью реализует Федеральный государственный образовательный стандарт стандарта среднего общего образования по психологии, соответствует основной образовательной программе среднего общего образования Международной лингвистической школы. Программа составлена на основе программы О.А. Гулевич, А.Н. Подъяков ««Психология».

Программа Е.А. Петровой ««Общая психология, психология личности, история психологии».

**Планируемые результаты**

**Личностные результаты** в сфере отношений обучающихся к себе, к своему здоровью, к познанию себя:

ориентация обучающихся на достижение личного счастья, реализацию позитивных жизненных перспектив, инициативность, креативность, готовность и способность к личностному самоопределению, способность ставить цели и строить жизненные планы;

готовность и способность обеспечить себе и своим близким достойную жизнь в процессе самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

готовность и способность обучающихся к отстаиванию личного достоинства, собственного мнения;

готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества, потребность в физическом самосовершенствовании;

принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, бережное, ответственное и компетентное отношение к собственному физическому и психологическому здоровью;

неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков.

**Личностные результаты** в сфере отношений обучающихся с окружающими людьми:

нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей, толерантного сознания и поведения в поликультурном мире, готовности и способности вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;

принятие гуманистических ценностей, осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению;

способность к сопереживанию и формирование позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам; бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью других людей, умение оказывать первую помощь;

формирование выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра, нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей и нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);

развитие компетенций сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.

**Личностные результаты** в сфере отношений обучающихся к окружающему миру, живой природе, художественной культуре:

мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки, значимости науки, готовность к научно-техническому творчеству, владение достоверной информацией о передовых достижениях и открытиях мировой и отечественной науки, заинтересованность в научных знаниях об устройстве мира и общества;

готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

эстетическое отношения к миру, готовность к эстетическому обустройству собственного быта.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к семье и родителям, в том числе подготовка к семейной жизни:

ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни;

положительный образ семьи, родительства (отцовства и материнства), интериоризация традиционных семейных ценностей.

Личностные результаты в сфере отношения обучающихся к труду, в сфере социально-экономических отношений:

уважение ко всем формам собственности, готовность к защите своей собственности,

осознанный выбор будущей профессии как путь и способ реализации собственных жизненных планов;

готовность обучающихся к трудовой профессиональной деятельности как к возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

потребность трудиться, уважение к труду и людям труда, трудовым достижениям, добросовестное, ответственное и творческое отношение к разным видам трудовой деятельности;

готовность к самообслуживанию, включая обучение и выполнение домашних обязанностей.

**Личностные результаты** в сфере физического, психологического, социального и академического благополучия обучающихся:

физическое, эмоционально-психологическое, социальное благополучие обучающихся в жизни образовательной организации, ощущение детьми безопасности и психологического комфорта, информационной безопасности.

 **Планируемые метапредметные** результаты освоения программы.

**Регулятивные универсальные учебные действия**

самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;

оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;

ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;

выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;

организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;

сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

**Познавательные универсальные учебные действия**

искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;

критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;

находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;

выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;

выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;

менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

**Коммуникативные универсальные учебные действия**

осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;

при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);

координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;

развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;

распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

**Планируемые предметные результаты**

Учебный предмет «Основы психологии» изучается в Международной лингвистической школе на базовом уровне.

**Выпускник на базовом уровне научится:**

понимать теоретические основы об основных теоретических концепциях в области общей психологии;

использовать понятийный аппарат психологии;

анализировать собственный личностный рост;

определять различные психологические признаки;

обосновывать собственную позицию при анализе психологических фактов;

применять психологические методы (эксперимент, наблюдение, беседа, анализ продуктов деятельности, некоторые тесты) и интерпретировать результаты;

давать рефлексивную оценку собственному поведению;

различать психологические и непсихологические тексты, критически работать с литературой;

вести научную дискуссию;

использовать научный язык различных психологических школ;

понимать основные направления, подходы, теории в психологии и современные тенденции развития психологических концепций;

понимать индивидуальные особенности человека, эмоционально-волевую регуляцию его поведения, мотивационную сферу, самосознание, познавательные процессы и личностный рост в целом.

**Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:**

формировать представление о предмете и методах исследования в психологии;

понимать индивидуальные различия в психической деятельности и закономерностях ее развития;

способам воздействия на свое психическое состояние;

понимать способности к психологическому анализу событий и ситуаций обыденной жизни;

раскрывать представления о механизмах возникновения новых форм поведения;

давать научное объяснение процессам, явлениям, закономерностям, протекающим в рамках психической деятельности;

понимать и характеризовать причины возникновения процессов и явлений, влияющих на представления о личности;

формировать представление о познавательных процессах, эмоциональной и мотивационной сферах личности;

применять теорию психологии для объяснения природы поведения и познавательных процессов;

навыкам психологического анализа;

навыкам обработки и интерпретации результатов эксперимента;

методам воздействия на собственное психологическое состояние;

понимать роль социальных установок, атрибуций при взаимодействии с обществом;

прогнозировать и оценивать изменения личности под влиянием окружающей среды;

выявлять особенности людей по психическим категориям;

давать оценку собственному актуальному состоянию и знать методы разрешения стрессовых ситуаций.

**Содержание учебного предмета**

**ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ**

**Психология как наука. История и методология психологии.**

Предмет психологии и объекты её изучения. Психология в системе современного научного знания. Основные отрасли современной психологии. Современные теоретические подходы: бихевиоризм, когнитивная психология, психоанализ, гуманистическая психология, эволюционная психология. Житейская и научная психология. Эмпирическое исследование в психологии. Способы получения эмпирических данных: экспериментальное и корреляционное исследование; наблюдение, опросы, тесты, анализ продуктов деятельности.

**Ощущение и восприятие**

Определение ощущения; его значение в деятельности человека. Характеристики ощущений: сенсорное качество, интенсивность, пространственно-временная протяженность. Классификация ощущений. Абсолютный и дифференциальный порог чувствительности. Определение восприятия. Свойства восприятия: предметность, целостность, структурность, константность, осмысленность, апперцепция. Принципы группировки стимулов: фигура и фон. Восприятие пространства, движения, времени. Иллюзии восприятия.

**Внимание и память**

Определение внимания. Виды внимания: непроизвольное, произвольное и послепроизвольное внимание. Свойства внимания: объем, концентрация, распределение, переключение, устойчивость внимания. Нарушения внимания: поглощенность деятельностью и рассеянность. Ограниченность и селективность внимания, слепота к изменениям. Определение памяти. Виды памяти: сенсорная, кратковременная и долговременная (декларативная и процедурная, семантическая и эпизодическая) память; непроизвольная и произвольная память. Закономерности мнемических процессов: позиционные эффекты, кривая забывания, эффект Зейгарник, демонстрация Бартлетта, повторение во времени. Забывание: причины, феномен реминисценции, феномен «на кончике языка». Искажения памяти (феномен ложных воспоминаний). Нарушения памяти. Улучшение запоминания: мнемотехники.

**Мышление и речь**

Определение мышления. Виды мышления. Мышление как процесс решения задач: структура задачи, объективная и субъективная структура задачи; стадии процесса решения задач. Мышление как процесс рассуждения и принятия решений: дедуктивные и индуктивные суждения. Правила вынесения суждений: эвристики и алгоритмы. Факторы, понижающие эффективность мышления. Способы повышения эффективности мышления. Речь как порождение и понимание значения. Структура, функции, виды и свойства человеческой речи. Взаимосвязь мышления и речи. Формирование понятий в онтогенезе. Развитие речи в онтогенезе. Расстройства речи.

**Эмоциональные состояния**

Определение эмоций. Компоненты эмоций. Теории базовых эмоций, кросс-культурная универсальность эмоций. Критика теории базовых эмоций: кросс-культурные различия эмоций. Эмоции как результат когнитивной оценки. Когнитивно-физиологические теории эмоций: атрибуция физиологического возбуждения. Теории когнитивной оценки. Влияние эмоций на когнитивные процессы: восприятие, мышление, память. Стресс: причины и стратегии совладания.

**Личность: подходы к изучению**

Психоаналитический подход к изучению личности: структура личности, основные потребности, защитные механизмы, причины и последствия тревоги. Бихевиоральный подход к изучению личности: роль среды в формировании личности, основные психологические способности (рефлексия, саморегуляция, самоэффективность). Гуманистический подход к изучению личности: основные потребности, характеристики самоактуализирующейся личности, причины и последствия тревоги.

**Человек в социальной группе**

Роль группы в жизни человека. Социальная власть. Публичное и подлинное согласие. Подчинение: содержание и условия. Влияние большинства: определение и условия конформизма. Влияние меньшинства: инновации. Сравнение влияния меньшинства и большинства. Аффилиация, привязанность. Просоциальное поведение. Взаимодействие с другими людьми. Атрибуция. Социальная установка. Агрессия. Групповые роли. Лидерство.

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ**

**«ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ЦЕНТР НЕПРЕРЫВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

**Международная лингвистическая школа**

**(МЛШ)**

|  |
| --- |
| **«СОГЛАСОВАНО»** |
| **Заместитель директора МЛШ** |
| **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_М.Н. Артеменко** |

**Календарное тематическое планирование**

**на 2020 /2021 учебный год**

**по основам психологии**

**для 10 класса**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Темы** | **Кол-во часов** | **№ недели** |
|  | **Раздел 1. Психология как наука. История и методология психологии.** | **5** |  |
| 1 | Вводное занятие. Знакомство, установка правил на занятии, обучение рефлексии, пояснение целей и задачей курса | 1 | 1 |
| 2 | Предмет психологии и объекты её изучения | 1 | 2 |
| 3 | Психология в системе современного научного знания. Основные отрасли современной психологии | 1 | 3 |
| 4 | Современные теоретические подходы. Житейская и научная психология | 1 | 4 |
| 5 | Эмпирическое исследование в психологии. Способы получения эмпирических данных. Экспериментальное и корреляционное исследование | 1 | 5 |
|  | **Раздел 2. Ощущение и восприятие** | **5** |  |
| 6 | Определение ощущения; его значение в деятельности человека | 1 | 6 |
| 7 | Характеристики ощущений: сенсорное качество, интенсивность. Классификация ощущений. Абсолютный и дифференциальный порог чувствительности | 1 | 7 |
| 8 | Определение восприятия. Свойства восприятия: предметность, целостность, структурность, константность, осмысленность, апперцепция | 1 | 8 |
| 9 | Принципы группировки стимулов: фигура и фон. Восприятие пространства, движения, времени | 1 | 9 |
| 10 | Иллюзии восприятия | 1 | 10 |
|  | **Раздел 3. Внимание и память** | **5** |  |
| 11 | Определение внимания. Виды внимания: непроизвольное, произвольное и послепроизвольное внимание | 1 | 11 |
| 12 | Свойства внимания: объем, концентрация, распределение, переключение, устойчивость внимания. Нарушения внимания: поглощенность деятельностью и рассеянность. Ограниченность и селективность внимания | 1 | 12 |
| 13 | Определение памяти. Виды памяти: сенсорная, кратковременная и долговременная память; непроизвольная и произвольная память | 1 | 13 |
| 14 | Закономерности мнемических процессов: кривая забывания, эффект Зейгарник, демонстрация Бартлетта, повторение во времени. Забывание: причины, феномен «на кончике языка». Искажения памяти (феномен ложных воспоминаний). Нарушения памяти | 1 | 14 |
| 15 | Улучшение запоминания: мнемотехники | 1 | 15 |
|  | **Раздел 4. Мышление и речь** | **5** |  |
| 16 | Определение мышления. Виды мышления | 1 | 16 |
| 17 | Мышление как процесс решения задач: структура задачи, объективная и субъективная структура задачи; стадии процесса решения задач | 1 | 17 |
| 18 | Мышление как процесс рассуждения и принятия решений: дедуктивные и индуктивные суждения. Правила вынесения суждений: эвристики и алгоритмы | 1 | 18 |
| 19 | Факторы, понижающие эффективность мышления. Способы повышения эффективности мышления. Речь как порождение и понимание значения | 1 | 19 |
| 20 | Структура, функции, виды и свойства человеческой речи. Взаимосвязь мышления и речи. Формирование понятий в онтогенезе. Развитие речи в онтогенезе. Расстройства речи | 1 | 20 |
|  | **Раздел 5. Эмоциональные состояния** | **5** |  |
| 21 | Определение эмоций. Компоненты эмоций | 1 | 21 |
| 22 | Теории базовых эмоций, кросс-культурная универсальность эмоций. Критика теории базовых эмоций: кросс-культурные различия эмоций | 1 | 22 |
| 23 | Эмоции как результат когнитивной оценки. Когнитивно-физиологические теории эмоций: атрибуция физиологического возбуждения. Теории когнитивной оценки | 1 | 23 |
| 24 | Влияние эмоций на когнитивные процессы: восприятие, мышление, память | 1 | 24 |
| 25 | Стресс: причины и стратегии совладания | 1 | 25 |
|  | **Раздел 6. Личность: подходы к изучению** | **5** |  |
| 26 | Историческое рассмотрение понимания личности | 1 | 26 |
| 27 | Психоаналитический подход к изучению личности: структура личности, основные потребности, защитные механизмы, причины и последствия тревоги | 1 | 27 |
| 28 | Бихевиоральный подход к изучению личности: роль среды в формировании личности, основные психологические способности | 1 | 28 |
| 29 | Гуманистический подход к изучению личности: основные потребности, характеристики самоактуализирующейся личности, причины и последствия тревоги | 1 | 29 |
| 30 | Роль среды в формировании личности | 1 | 30 |
|  | **Раздел 7. Человек в социальной группе** | **4** |  |
| 31 | Роль группы в жизни человека. Социальная власть. Публичное и подлинное согласие. | 1 | 31 |
| 32 | Влияние большинства: определение и условия конформизма. Влияние меньшинства: инновации. Аффилиация, привязанность. Социальная установка | 1 | 32 |
| 33 | Подведение итогов курса | 1 | 33 |
| 34 | Обратная связь по итогам курса | 1 | 34 |
|  | **ИТОГО** | **34** |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Преподаватель | подпись | А.А. Пежемский |

**Обязательные оценочные материалы по курсу «Основы психологии»**

**10 класс**

**1 полугодие**

1. Письменная работа «Житейская и научная психология». Рассмотрение основных различий понимания

2. Эссе на тему «Наиболее эффективный подход в исследовании». Изучение эффективности разных подходов к исследованию в психологии.

3. Практическая работа по теме «Восприятие». Порог чувствительности, определение свойств восприятия.

4. Письменная работа «Виды и свойства внимания».

5. Практическое занятие по мнемотехникам. Описание опыта.

6. Эссе на тему восприятия себя через призму своих ощущений.

**2 полугодие**

1. Письменная работа «Мышление как процесс». Анализ мыслительных процессов.

2. Практическая работа «Способы повышения эффективности мышления».

3. Эссе на тему «Я и мои эмоции». Рассмотрение влияния эмоций на своё состояние.

4. Письменная работа «Выбор подхода к рассмотрению личности». Определение предпочтительной точки зрения на вопрос личности.

5. Практическая работа по определению роли в социуме.

6. Эссе на тему, рассматриваемую в рамках курса.

**Критерии оценивания обязательных оценочных работ**

**Оценка 5** ставится, если устойчивое внимание уделяется вопросам знаний, связанным с данной темой, и они хорошо подобраны - разработаны с учетом различных точек зрения и эффективно связаны с областями знаний и / или способами познания. Аргументы ясны, подтверждаются реальными примерами и эффективно оцениваются; контраргументы тщательно изучены; последствия рассмотрены.

**Оценка 4** ставится, если особое внимание уделяется вопросам знаний, связанным с данной темой, разработанным с учетом различных точек зрения и связанным с областями знаний и / или способами познания. Аргументы ясны, подтверждаются реальными примерами и оцениваются; некоторые контраргументы выявлены и изучены.

**Оценка 3** ставится, если особое внимание уделяется некоторым вопросам знаний, связанным с данной темой - с некоторым развитием и связями с областями знаний и / или способами познания. Некоторые аргументы понятны и подтверждаются примерами; некоторые контраргументы определены.

**Оценка 2** ставится, если рассматриваются некоторые вопросы знаний, которые связаны с данной темой, но эссе в значительной степени носит описательный характер, с поверхностными или ограниченными ссылками на области знаний и / или способы познания. Аргументы предлагаются, но неясны и / или не подкреплены эффективными примерами.

**Оценка 1** ставится, если эссе имеет очень ограниченное отношение к данной теме - соответствующие пункты являются описательными. Утверждения предлагаются, но не исследуются.