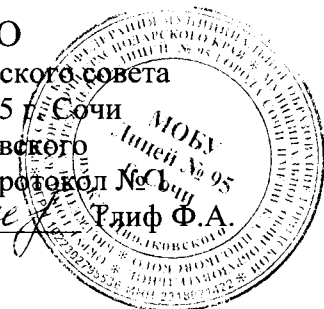


**Краснодарский край
городской округ город-курорт Сочи
Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
Лицей № 95 города Сочи имени К.Э.Циолковского**

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
МОБУ Лицей № 95 г. Сочи
им. К.Э.Циолковского
от 30 августа 2022 года протокол № 3/2022
Председатель Гриф Ф.А.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
социального направления
«С психологией на Ты»**

Уровень образования (класс): среднее общее образование, 10-11 класс

Количество часов: 34 (10 класс-34 часа)

Учитель: Снина Елена Александровна, педагог-психолог МОБУ

Лицей № 95 г. Сочи им. К.Э.Циолковского

Программа разработана в соответствии с ФГОС СОО

с учетом примерной основной образовательной программы среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28.06.2016 № 2/16-з),

с учетом примерной программы воспитания, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 02.06.2020 № 2/20),

с учетом авторской программы элективного курса педагога-психолога Костюшиной Е.В. «Психология человека». Москва. 2021 год.

1. Планируемые результаты обучения

В результате освоения программного материала ожидается формирование и овладение учащимися личностными, метапредметными результатами:

Личностные результаты отражают сформированность в том числе в части:

1. Гражданского воспитания:

-гражданственности, гражданской позиции активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности, готового к участию в общественной жизни;

-признания неотчуждаемости основных прав и свобод человека, которые принадлежат каждому от рождения, готовности к осуществлению собственных прав и свобод без нарушения прав и свобод других лиц, готовности отстаивать собственные права и свободы человека и гражданина согласно общепризнанным принципам и нормам международного права и в соответствии с Конституцией Российской Федерации, правовой и политической грамотности;

-мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознания своего места в поликультурном мире;

-ценностей демократии и социальной солидарности, готовности к договорному регулированию отношений в группе или социальной организации;

-готовности и способности отстаивать личное достоинство, собственное мнение, готовности и способности вырабатывать собственную позицию по отношению к общественно-политическим событиям прошлого и настоящего на основе осознания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;

-готовности обучающихся к конструктивному участию в принятии решений, затрагивающих их права и интересы, в том числе в различных формах общественной самоорганизации, самоуправления, общественно значимой деятельности;

-приверженности идеям интернационализма, дружбы, равенства, взаимопомощи народов;

-уважительного отношения к национальному достоинству людей, их чувствам, религиозным убеждениям;

-готовности обучающихся противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии; коррупции; дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям.

2. Патриотического воспитания:

-осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;

-ценностное отношение к достижениям своей Родины - России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа;

-уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

3. Духовно-нравственного воспитания:

-ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;

-готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков;

-активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.

4. Эстетического воспитания:

-восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства;

-осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения;

-понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических

культурных традиций и народного творчества;

-стремление к самовыражению в разных видах искусства.

5. Физического воспитания

-формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия: осознание ценности жизни;

-ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

-осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;

-соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;

-способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

-умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием;

-сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

6. Трудового воспитания:

-установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, Организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

-интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания;

-осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде;

-уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей.

7. Экологического воспитания:

-ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды;

-повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения;

-активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;

-осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред;

-готовность к участию в практической деятельности экологической направленности.

8. Ценности научного познания:

-ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;

-овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира;

-овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия

В результате освоения программного материала ожидается формирование и овладение учащимися личностными, метапредметными результатами:

Метапредметные результаты:

Коммуникативные УУД:

- преодоление конфликтов (умение взглянуть на ситуацию с позиции другого, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация);

- умение слушать и вступать в диалог, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослым;

-умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;

-владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.

Регулятивные УУД:

-формирование эмпатии – способности понять то, что чувствует другой человек, откликнуться на его переживания;

-формирование саморегуляции – способности управлять собой – своими эмоциями, поведением, развитием.

Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, строить логическое рассуждение, умозаключение,

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.

-формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации,

-развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем.

Предметные результаты:

- опыт различения житейского и научного толкования внутреннего мира человека на основе заданных критериев дифференциации;

- получение знания о способах изучения поведения (активности) человека в проекции различных психологических подходов, о специфике проектирования средств вмешательства в активность человека в случае необходимости;

- получение знания о родовых способностях человека, их природе, способах освоения в процессе развития и социализации;

- опыт объективации и конструирования Я-концепции, проектирования перспективы самоопределения.

- опыт различения утилитарно-вещного отношения к человеку как носителю набора полезных качеств и нравственного отношения к человеку;

- умение формулировать аргументированные суждения, объясняющие психологическую природу различных форм активности человека;

- умение оценивать ситуации межперсональных контактов с различных точек зрения, определять природу противоречий, затрудняющих продуктивный характер коммуникаций;

- умение проектировать условия и средства продуктивной коммуникации в контексте учебной деятельности.

2. Содержание программы

Раздел 1 «Я-человек. Кто я?» -2 часа

1.1 «Введение»

Знакомство с понятиями «педагогика» и «психология». История вопроса. Зачем и почему появилась такая профессия. Персоналии. Обучение работы с научным текстом. 1 ч.

1.2 «Я в мире»

Индивидуальная работа «Я сам о себе» и/или «Я глазами других людей». Социальная значимость труда педагога. Особенности педагогической профессии. Спектр педагогических специальностей. 1ч .

Раздел 2 «Что такое психика и как она устроена» - 8 часов

2.1 «Грани психического»

Знакомство с понятиями «методы психологии», «инроспекция», «наблюдение», психика», «бытие» и «сознание». 1ч .

2.2 «Психика человека и психика животного»

Проведение экспериментов. Просмотр научно-популярного фильма ВВС «Человек». Обучение приемам анализа и самоанализа. 1ч .

2.3 «Интеллектуальное поведение животных».

Психологическое изучение животного и человека. Познаваема ли психика? 1 ч.

2.4 «Психические процессы и функции»

Тренинг с элементами лекции «Высшие психические функции. Как устроен человек». Обучение в микрогруппах. 1 ч.

2.5 «Высшие психические функции».

Лекционные занятия. Внимание, память, мышление и речь. Практика – как проверить уровень внимания, памяти, что будет, если эти процессы нарушены. 1 ч.

2.6 «Психические процессы и функции».

Учение о трех блоках мозга. Вклад российских ученых в мировую науку в области психологии и педагогики. 1 ч.

2.7 «Нужда и потребность».

Как возникают потребности? Описание процесса мотивации, основные понятия и законы. Практика – изучение уровня мотивации обучающихся. 1 ч.

2.8 «Развитие психики»

Развитие психики в онтогенезе и филогенезе. Какие бывают нарушения в развитии психики. 1 ч

Раздел 3 «Как работает сознание» - 4 часа

3.1 «Бытие и сознание»

История вопроса «Сознание». Различные определения. 1 ч.

3.2 «Три уровня сознания»

Знакомство с понятием «Динамические теории личности». Игра «Сознание как айсберг». Обучение методу самонаблюдения. 1 ч.

3.3 «Психологические защиты»

Введение понятий «психологические защиты», «совладающее поведение», «копинг-стратегии». Диагностика «Какие у меня механизмы психологической защиты». Начало работы над проектом «Я – человек. Кто я?». 1 ч.

3.4 «Я в структуре самосознания»

Схематизация соотношения понятий потребности, желания, действия; определение содержания понятия самосознания, описание форм существования Я в структуре самосознания. 1 ч.

Раздел 4 «Человек привычки»- 6 часов

4.1 «Привычка свыше нам дана ...»

Актуализация темы, обсуждение художественного творчества про привычки. Беседа «Я и мои привычки. Принятие себя». 1 ч.

4.2 «Привычка и поведение»

Исследовательская работа – обучение обучающихся скринингу среды, методу анкетирования. Подведение итогов по темам: «Полезные привычки», «Вредные привычки», «Привычки будущего», «Привычки прошлого». 1 ч.

4.3 «Привычки общения»

Стереотипы в коммуникации. Обучение навыкам эффективного общения. Тренинг по развитию навыков конструктивного общения «Я сообщаю». Занятие арт-тренинг «Вербальное и невербальное общение». 2 ч.

4.4 «Полезные и вредные привычки»

Понятия «хороших» и «вредных» привычек. Объяснение, как формируется зависимость различного свойства. Кому и зачем нужны вредные привычки? 1 ч.

4.5 «Привычка как способ работы над собой»

Как происходит отучивание от привычек? Обсуждение последних данных, полученных в ходе отечественных и зарубежных исследований Конструктивное и защитное поведение. Обзор инновационных методик работы над привычками. 1 ч.

Раздел 5 «Человек воли» 6 часа

5.1 «Воля и психика»

Высшая психическая функция как функциональный орган человека (А.А. Ухтомский, Н.А. Бернштейн, П.К. Анохин). 1 ч.

5.2 «Человек и воля»

Просмотр документальных фильмов про волю. Воля умная и тупая. Как мы научаемся управлять собою и другими людьми. Просмотр фильма «Нарушение воли», обсуждение. Проработка плана, как работать над укреплением воли. Как мы научаемся управлять собою и другими людьми. Соотнесение характеристик личности с волевыми качествами. Что является волей, а что безволием? 2 ч.

5.3 «Сила воли»

Слабоволие и способы его понимания, или, о чем мы спрашиваем, задавая вопрос: «У тебя есть сила воли?» Сила воли как способность управлять своим умом. Диагностика своих волевых качеств. Воля, как высшая психическая функция. 2 ч.

5.4 «Воля, как способ управления людьми»

Насильственное ненасильственное управление. Насилие явное и скрытое. Тренинг навыков управления своим поведением и поведением других. 1ч .

Раздел 6 «Человек нравственный» -8 часов

6.1 «Человек как индивид, как субъект, как индивидуальность и как личность»

Сравнительная характеристика понятий «индивид», «индивидуальность» и «личность». Гуманистическая концепция личности. Просмотр фрагментов видеофильмов, сравнение мнений. Обучение навыкам анализа поведения и характера 2 ч.

6.2 «Быть личностью»

Метапредметный урок: «Личность в истории». Обсуждение моральных и нравственных норм. Практическое занятие: «Изучаем характер», «Изучаем ценности», «развитие культуры личности» 1 ч.

6.3 «Хороший человек с плохим характером – кто это?»

Вопрос субъективной оценки характера другого человека. Типология черт личности. Практическое применение навыков диагностики и умения интерпретировать полученные результаты. 1 ч.

6.4 «Личность и подвиг»

Работа над проектом «Я-человек. Кто я?». Обсуждение вопроса: «Хороший человек с плохим характером» – кто это? Личность и подвиг. Личность и нравственное подвижничество. 1 ч.

6.5 Защита итоговых индивидуальных работ на тему «Я – человек. Кто я?»

Подготовка к выступлению, обучение навыкам построения презентаций, оценка работы над собой. Итоговая диагностика.3 ч.

3. Тематическое планирование.

№ п/п	Разделы	Кол-во часов	Основное содержание по темам	Универсальные учебные действия	Основные направления воспитательной деятельности
Раздел 1	«Я-человек. Кто я?»	2ч	1.1«Введение»	Коммуникативные : - преодоление конфликтов (умение взглянуть на ситуацию с позиции другого, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация); Регулятивные : -формирование эмпатии – способности понять то, что чувствует другой человек, откликнуться на его переживания; Познавательные : - умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, строить логическое	1,2,3,4,5,6,7,8
			1.2«Я в мире»		

				<p>рассуждение, умозаключение, - умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.</p>	
Раздел 2	«Что такое психика и как она устроена»	8 ч	2.1 «Грани психического»	<p><i>Коммуникативные :</i> -умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; -владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <i>Регулятивные :</i> -формирование эмпатии – способности понять то, что чувствует другой человек, откликнуться на его переживания; -формирование саморегуляции – способности управлять собой – своими эмоциями, поведением, развитием. <i>Познавательные :</i> -формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации, -развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем.</p>	1,2,3,4,5,6,7,8
			2.2 «Психика человека и психика животного»		
			2.3 «Интеллектуальное поведение животных».		
			2.4 «Психические процессы и функции»		
			2.5 «Высшие психические функции».		
			2.6 «Психические процессы и функции».		
			2.7 «Нужда и потребность».		
			2.8 «Развитие психики»		
Раздел 3	«Как работает сознание»	4ч	3.1 «Бытие и сознание»	<p><i>Коммуникативные :</i> -умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; -владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <i>Регулятивные :</i> -формирование эмпатии – способности понять то, что чувствует другой человек, откликнуться на его переживания; -формирование саморегуляции – способности управлять собой – своими эмоциями, поведением, развитием. <i>Познавательные :</i> -формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации, -развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем.</p>	1,2,3,4,5,6,7,8
			3.2 «Три уровня сознания»		
			3.3 «Психологические защиты»		
			3.4 «Я в структуре самосознания»		

Раздел 4	«Человек привычки»	6 ч	4.1 «Привычка свыше нам дана ...»	<p>Коммуникативные :</p> <ul style="list-style-type: none"> - преодоление конфликтов (умение взглянуть на ситуацию с позиции другого, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация); - умение слушать и вступать в диалог, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослым; - умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; - владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. <p>Регулятивные :</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование эмпатии – способности понять то, что чувствует другой человек, откликнуться на его переживания; - формирование саморегуляции – способности управлять собой – своими эмоциями, поведением, развитием. <p>Познавательные :</p> <ul style="list-style-type: none"> - умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, строить логическое рассуждение, умозаключение, - умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. - формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации, - развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем. 	1,2,3,4,5,6,7,8
			4.2 «Привычка и поведение»		
			4.3 «Привычки общения»		
			4.4 «Полезные и вредные привычки»		
			4.5 «Привычка как способ работы над собой»		
Раздел 5	«Человек воли»	6 ч	5.1 «Воля и психика»	<p>Коммуникативные :</p> <ul style="list-style-type: none"> - преодоление конфликтов (умение взглянуть на ситуацию с позиции другого, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация); - умение слушать и вступать в диалог, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и 	1,2,3,4,5,6,7,8
			5.2 «Человек и воля»		
			5.3 «Сила воли»		
			5.4 «Воля, как способ управления людьми»		

				<p>сотрудничество со сверстниками и взрослым;</p> <p>-умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;</p> <p>-владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.</p> <p>Результативные :</p> <p>-формирование эмпатии – способности понять то, что чувствует другой человек, откликнуться на его переживания;</p> <p>-формирование саморегуляции – способности управлять собой – своими эмоциями, поведением, развитием.</p> <p>Познавательные :</p> <p>- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, строить логическое рассуждение, умозаключение,</p> <p>- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.</p> <p>-формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации,</p> <p>-развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем.</p>	
Раздел 6	«Человек нравственный»	8 ч	6.1 «Человек как индивид, как субъект, как индивидуальность и как личность»	<p>Коммуникативные :</p> <p>- преодоление конфликтов (умение взглянуть на ситуацию с позиции другого, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация);</p> <p>- умение слушать и вступать в диалог, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослым;</p> <p>-умение с достаточной</p>	1,2,3,4,5,6,7,8
			6.2 «Быть личностью»		
			6.3 «Хороший человек с плохим характером – кто это?»		
			6.4 «Личность и подвиг»		

		<p>6.5 Защита итоговых индивидуальных работ на тему «Я – человек. Кто я?»</p>	<p>полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; - владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные : - формирование эмпатии – способности понять то, что чувствует другой человек, откликнуться на его переживания; - формирование саморегуляции – способности управлять собой – своими эмоциями, поведением, развитием. Познавательные : - умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, строить логическое рассуждение, умозаключение, - умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. - формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации, - развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем.</p>	
<p>Всего</p>	<p>34</p>			

СОГЛАСОВАНО
Протокол заседания
методического объединения
учителей общественных дисциплин
МОБУ Лицея № 95 г.Сочи им. К.Э. Циолковского
от 29.08 2022 года № 1
Мхитарян Г.Р.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
Сердюкова В.Н.
29.08 2022 года