ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Документ отправлен на официальный сайт: sftrydovoesch.crimeaschool.ru
Уполномоченное лицо – руководитель образовательного учреждения:
КИБИРЕВА ТАМАРА АЛЕКСАНДРОВНА
Действителен с: с 18.02.2026, 12:41
Действителен до: до 14.05.2027, 12:41
Ключ подписи: 00B44755E0165917DE7187SBAFE4C6C5AE

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ТРУДОВСКАЯ ШКОЛА» СИМФЕРОПОЛЬСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
социально-гуманитарного
цикла
Протокол № 4
от «24» 08 2026 г.
Руководитель МО
_____ Е.А. Байтасова

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
УВР
_____ Д.А. Золотарёва
«28» 08. 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора
школы
от «31» 08. 2026 г.
№ 229
_____ Т.А. Кибирева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса «Основы психологии»
для обучающихся 10–11 классов психолого-педагогической направленности
Срок реализации – 2 года

Количество часов по учебному плану: всего – 34 ч/год

с. Трудовое, 2026 г.

1.Пояснительная записка

Рабочая программа составлена в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ» (с изменениями);
- требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобразования Российской Федерации от 17.05.2012 г. № 413 (с изменениями);
- Федеральной образовательной программой среднего общего образования (приказ Министерства просвещения РФ от 18.05.2023 г. № 371 с изменениями);
- Федеральной программой воспитания, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 02.06.2020 г. № 2/20);
- требованиями, предусмотренными санитарными правилами и нормами СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 (с изменениями) и санитарными правилами СП2.42.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 г. № 19;
- Положение о школьной психологической службы МБОУ «Трудовская школа» Симферопольского района Республики Крым. Приказ от 30.08.2024 г.
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 23.07.2025 г. № 551 «Об утверждении федерального перечня электронных образовательных ресурсов, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».

Программа соответствует основной образовательной программе среднего общего образования, локальным актам МБОУ «Трудовская школа» Симферопольского района Республики Крым.

2. Общая характеристика предмета

Рабочая программа по учебному предмету «Основы психологии» для 10-11 классов разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, требований к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования. Учебный предмет «Основы психологии» осуществляет образовательную деятельность, с учетом специфики и возможностей образования. Изучение данного предмета обучающихся должно обеспечить: удовлетворение индивидуальных запросов обучающихся школы; развитие личности обучающихся, их познавательных интересов, интеллектуальной и ценностно смысловой сферы; развитие навыков самообразования и само проектирования; углубление, расширение и систематизацию знаний в области психологии; совершенствование имеющегося и приобретение нового опыта познавательной деятельности; создание условий для профессионального самоопределения обучающихся. Программа курса «Основы психологии» рассчитана на два года обучения. Данная программа предполагает ведение занятий по психологии в 10-11 классах средних общеобразовательных учреждений. Преподавание курса психологии в средних общеобразовательных учреждениях является актуальной и важной задачей образования. Психологическая культура, толерантность, позитивное само отношение, способность к рефлексии и самосовершенствованию, умение строить отношения с окружающими – все это необходимо для развития успешной личности. Введение психологии, как учебного предмета обусловлено тем, что в современной школе отсутствует такой курс, где учащийся смог бы получить знания о самом себе, других людях, о том,

каковы мотивы поступков человека и каковы его потенциальные способности. Срок реализации программы 2 года. Программа состоит из 34 тем и рассчитана на 68 часов (1 урок в неделю), 34 часа в год.

Цель курса: формирование гуманистического мировоззрения и психологической культуры учащихся.

Задачи курса:

- формирование психологических знаний;
- выработка собственной личностной позиции;
- развитие способностей к критической переработке информации;
- осознание особенностей человеческой психики и социального поведения;
- выработка собственной личностной позиции;
- развитие умений конструктивно решать конфликты;
- осознание возможности и необходимости быть субъектом общественной жизни;
- развитие способностей конструктивно строить взаимоотношения с окружающими;
- воспитание уверенности в себе, чувства собственного достоинства.

Практическую направленность имеют уроки, позволяющие учащимся овладеть приемами саморегуляции, развивать способность к позитивному мышлению.

В программе курса больше времени отводится на активные формы работы, в связи с тем, что одной из главных задач курса является формирование устойчивых навыков конструктивного общения, развитии социальной компетентности. Психотехнические игры, элементы психологического тренинга, разыгрывание ситуаций и ролевые игры позволяют учащимся получить «обратную связь», сформировать навыки анализа интересов, чувств, мотивов партнеров по общению, а также навыки конструктивного ведения диалога. Насыщенный объем учебного материала направлен на компенсацию отсутствия учебников и хрестоматий. Дополнительный материал можно предложить заинтересованным учащимся для подготовки рефератов, презентаций, творческих проектов. Контроль знаний проводится по системе зачетов и проверочных работ, на основе подбора вопросов после изучения каждого раздела.

Благодаря стройной системе психологических уроков в сознании учащихся закладывается жизненно важная установка: «Сила человека находится в нем самом: в его разуме, воле, решимости, творческом системном мышлении, способном к организации себя и окружающих». Немаловажную роль играют уроки психологии в укреплении общего психологического здоровья детей, снятии стрессов, формировании нравственной культуры, цивилизованных норм и правил поведения.

3. Содержание программы

10 класс

Раздел 1.Введение.

1.Предмет психологии. История развития и отрасли психологии. Основные цели и задачи курса. Понятие «психология». Методы психологии: основные и вспомогательные.

2.Отрасли психологии.Общая психология, возрастная психология, педагогическая психология.

Раздел 2.Познавательные процессы, способности.

1. Внимание. Виды познавательных процессов. Определение внимания. Виды внимания. Структура и характеристики внимания. Факторы, влияющие на произвольное внимание. Нарушения внимания. Развитие внимания.

2. Воображение. Виды и функции воображения.

3. Память. Определение памяти, основные процессы и продуктивность памяти. Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации. Условия, влияющие на запоминание. Мнемотехника.

4.Мышление. Что такое мышление. Виды мышления. Мыслительные операции. Пути развития и активизации мышления.

5. Способности. Интеллект. Понятие «способности». Виды способностей. Уровни способностей. Измерение способностей. Понятие «Интеллект». Стороны интеллекта. Коэффициент интеллекта. Развитие интеллектуальных способностей.

6. Творческие способности. Креативность. Понятие «креативность». Параметры креативности. Взаимосвязь между креативностью и интеллектом. Развитие креативности.

7. Мозг и психика. Межполушарная асимметрия мозга. Функции правого и левого полушария. Влияние на эмоциональную жизнь человека. Доминирование полушарий.

Раздел 3.Личность.

1. Индивид. Личность. Индивидуальность. Структура личности.

2. Психоаналитическая теория личности. З. Фрейд

3. Индивидуальная теория личности. А. Адлер.

4. Темперамент. Понятие «темперамент». Теории о темпераменте. Темперамент и свойства нервной системы. Типы темперамента. Интроверсия и экстраверсия.

5. Характер. Понятие «характер». Условия формирования характера. Акцентуации характера. Типы акцентуаций характера.

6. Самосознание. "Я -концепция". Структура и функции самосознания. Понятие «Я в концепции».Само отношение. Значение самоуважения, чувства собственного достоинства для жизнедеятельности человека.

7. Эмоции и чувства. Определения «эмоция» и «чувство». Формы переживания чувств. Виды эмоций.

8. Любовь. Экология любви. Любовь в жизни человека.

9. Разные стороны чувства любви. Модели любви. Характер отношений.

10. Дружба.Феномен дружбы.

Раздел 4.Саморегуляция.

1. Стресс. Определение «стресса» и «дистресса». Фазы развития стресса. Влияние стресса на организм человека.

2. Саморегуляция. Как справиться со стрессом. Виды методов саморегуляции.

3. Профилактика адекватного поведения. Понятие «адекватное поведение».

4.Стадии формирования адекватного поведения.

5. Возникновение и развитие зависимостей. Умение сказать «нет».

6. Позитивное мышление. Определение «позитивное мышление».

7. Приемы развития навыков позитивного мышления.

Раздел 5.Возрастная психология.

1.Психологические особенности развития ребенка. Ранний и младший школьный возраст. Общие вопросы возрастной психологии.

2.Подростковый возраст. Психологические и физиологические особенности подросткового возраста.

3. Юность. Психологические и физиологические особенности юношеского возраста.

11 класс

Раздел 1. Структура, функции и средства общения.

1. Введение. Общение. Структура и средства общения. Знакомство с задачами курса «Психология общения». Структура и средства общения.
2. Невербальные средства общения. Речевые средства общения. Роль невербальных средств в передаче информации. Мимика. Интонация. Форма изложения. Позиции в общении. Теория Э. Берна об эго-состояниях личности. Схема Томаса А. Харриса.
3. Стили общения. Виды общения. Этикет.
4. Манипулирование. Причины манипулирования. Типы манипулятивных систем.
5. Урок - дискуссия "Что мешает открытому общению?"

Раздел 2. Условия и технологии эффективной коммуникации.

1. Механизмы межличностного восприятия. Основные феномены межличностного восприятия. Ошибки превосходства и привлекательности.
2. Психологические защиты. Механизмы психологических защит.
3. Барьеры в общении. Что мешает полноценному общению. Стереотипизация.
4. Конструктивное общение. Контроль эмоций. Трудности и барьеры, возникающие в повседневном общении.
5. Активное и пассивное слушание. Процесс слушания. Виды слушания.
6. Приемы расположения к себе. Самопрезентация. Приёмы расположения к себе. Комплименты. Похвала и поддержка.

Раздел 3. Конструктивное преодоление конфликтов.

1. Конфликт. Стили разрешения конфликтов. Понятие «конфликт». Стили разрешения конфликтов.
2. Управление конфликтами. Динамика конфликта. Конструктивное разрешение конфликта. Контроль эмоций.

Раздел 4. Психология семейных отношений.

1. Психологические аспекты семейных отношений. Проблемы на ранних этапах существования семьи.

2. Функции семьи. Значение гармоничных отношений в браке. Детско-родительские отношения. Стили семейного воспитания

Раздел 5. Психология малых групп.

1. Коллектив и личность. Роль процесса социализации в развитии личности. Виды групп. Этапы формирования коллектива.
2. Лидерство. Психологические качества лидера. Типы лидеров. Стили управления.
3. Социально -психологические особенности взаимодействия в малой группе. Конформизм. Групповые нормы. Факторы, влияющие на уровень конформности.
4. Развитие навыков уверенного отказа. Право на отказ. Приёмы противостоянию давления.

Раздел 6. Деловое общение.

1. Деловая беседа. Функции деловой беседы. Фазы беседы. Как воспринимать критику.
2. Психологические особенности публичного выступления. Неречевые компоненты публичного выступления. Контроль эмоций.
3. Экзамен - психологические аспекты. Стратегии построения работы на экзамене. Приёмы самонастройки и аутотренинга.

Раздел 7. Профориентация.

1. Профессиональное самоопределение. Профориентационная игра «Кто есть кто?»

2. Проектирование профессионального жизненного пути. Выбор профессии. Условия выбора профессии. Ошибки при выборе профессии.

3. Итоговый урок.

4. Планируемые результаты

Личностные результаты:

- повышение готовности и способности обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению за счет освоения проблемных ситуаций и вопросов из областей общей психологии, психологии развития, психологии личности и социальной психологии,

- сформированность мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности путем формирования осмысленного и индивидуализированного запроса к изучению психологии как области человеческого знания и практики, - формирование системы ценностно-смысловых установок, выработка личностной позиции по ряду сущностных вопросов, рассматриваемых психологией как наукой.

Предметные результаты:

- освоенные обучающимися в ходе изучения учебного предмета специфических знаний и умений для данной предметной области, связанных с пониманием особенностей человеческой психики и социального поведения;
- сформированность представлений о современной психологической науке и ее методах познания, а также о системе отраслей психологии и основных вопросах и проблемах, рассматриваемых в каждой из них;
- сформированность умений применять психологические знания в познавательной, регулятивной и коммуникативной деятельности;
- владение навыками самоанализа и самооценки на основе наблюдений за собственным поведением и межличностными взаимодействиями;

- умение сформулировать и аргументировать собственную точку зрения по тем или иным психологическим проблемам, различным аспектам социального поведения людей и их социально-психологического взаимодействия.

Тематический план
«Основы психологии»

№ п/п	Тема	Количество часов	
		Теория	Практ
	10 класс		
1	Раздел 1. Введение	2	
2	Раздел 2. Познавательные процессы, способности	6	5
3	Раздел 3. Личность	8	3
4	Раздел 4. Саморегуляция	2	3
5	Раздел 5. Возрастная психология	2	3
	Итого	**20**	**14**
	11 класс		
1	Раздел 1. Структура, функции и средства общения	7	2
2	Раздел 2. Условия и технологии эффективной коммуникации	6	1
3	Раздел 3. Конструктивное преодоление конфликтов	1	1
4	Раздел 4. Психология семейных отношений	4	
5	Раздел 5. Психология малых групп	4	
6	Раздел 6. Деловое общение	4	
7	Раздел 7. Профориентация	3	1
	Итого	**29**	**5**

Поурочное планирование 10 класс

№ п/п	Тема урока	Часов	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1	Введение в мир психологии	1	сентабрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
2	Основные понятия психологии	1	сентабрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
3	Методы психологического исследования	1	сентабрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=

4	Методы психологического исследования	1	сентабрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
5	Внимание	1	октябрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
6	Воображение	1	октябрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
7	Память	1	октябрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
8	Мышление	1	октябрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
9	Способности	1	ноябрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
10	Мозг и психика	1	ноябрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
11	Индивид	1	ноябрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
12	Индивидуальность	1	ноябрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
13	Личность	1	декабрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
14	Структура личности	1	декабрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
15	Психоаналитическая теория личности	1	декабрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
16	Индивидуальная теория личности	1	январь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
17	Темперамент	1	январь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
18	Интроверсия и экстраверсия	1	январь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
19	Характер	1	январь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
20	Самосознание	1	февраль	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
21	Я - концепция	1	февраль	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
22	Эмоции и чувства	1	февраль	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
23	Любовь. Экология любви	1	февраль	https://lecta.ru/mix/playlist-

				pedagogic/index.html?ysclid=
24	Дружба. Феномен дружбы	1	март	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
25	Стресс. Саморегуляция	1	март	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
26	Понятие «адекватное поведение»	1	март	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
27	Профилактика адекватного поведения	1	март	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
28	Возникновение и развитие зависимостей	1	апрель	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
29	Позитивное мышление.	1	апрель	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
30	Ранний и младший школьный возраст	1	апрель	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
31	Общие вопросы возрастной психологии	1	апрель	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
32	Подростковый возраст	1	май	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
33	Юность	1	май	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
34	Итоговый урок	1	май	

Поурочное планирование 11 класс

№ п/п	**Тема урока**	**Часов**	**Дата изучения**	**Электронные цифровые образовательные ресурсы**
1	Общение. Структура и средства общения	1	сентабрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
2	Невербальные средства общения	1	сентабрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
3	Роль невербальных средств в передаче информации	1	сентабрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
4	Речевые средства общения	1	сентабрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
5	Позиции в общении	1	сентабрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
6	Стили общения	1	октябрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=

7	Манипулирование	1	октябрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
8	Урок-дискуссия «Что мешает открытому общению?»	1	октябрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
9	Обобщающий урок	1	ноябрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
10	Механизмы межличностного восприятия	1	ноябрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
11	Психологические защиты	1	ноябрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
12	Барьеры в общении	1	декабрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
13	Конструктивное общение	1	декабрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
14	Контроль эмоций	1	декабрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
15	Активное и пассивное слушание	1	декабрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
16	Приемы расположения к себе.Самопрезентация	1	декабрь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
17	Приемы расположения к себе.Самопрезентация	1	январь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
18	Конфликт.Стилиразрешения конфликтов	1	январь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
19	Управление конфликтом	1	январь	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
20	Психологические аспекты семейных отношений	1	февраль	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
21	Психологические аспекты семейных отношений	1	февраль	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
22	Функции семьи.Стили семейного воспитания	1	февраль	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
23	Детско-родительские отношения	1	февраль	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
24	Детско-родительские отношения	1	март	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
25	Коллектив и личность	1	март	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=

26	Лидерство	1	март	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
27	Социально-психологические особенности взаимодействия людей в малой группе. Конформизм.	1	март	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
28	Социально-психологические особенности взаимодействия людей в малой группе. Конформизм.	1	апрель	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
29	Развитие навыков уверенного отказа.	1	апрель	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
30	Деловая беседа	1	апрель	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
31	Психологические особенности публичного выступления	1	апрель	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
32	Профессиональное самоопределение	1	май	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
33	Проектирование профессионального жизненного пути	1	май	https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/index.html?ysclid=
34	Итоговый урок	1	май	