**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**
**«Новоивановская средняя школа имени Масько Павла Николаевича»**
**муниципального образования Черноморский район Республики Крым**

| **РАССМОТРЕНО** | **СОГЛАСОВАНО** | **УТВЕРЖДЕНО** |
|---|---|---|
| Методическим объединением учителей общественно-гуманитарного цикла МБОУ «Новоивановская средняя школа им. Масько П.Н.» | Заместитель директора по учебно-воспитательной работе | и.о.директора |
| Руководитель МО | _____Н.В. Шараева | _____А. А. Старикова |
| _____ И.П.Доронина | 28.08.2026 г. | Приказ № 190 от 31.08.2026 г. |
| Протокол № 1 от 27.08.2026 г. | | |

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
# КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

# «ОСНОВЫ ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ»

для обучающихся 10 класса

с. Новоивановка, 2026

# 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## 1.1. Общие положения

Курс внеурочной деятельности «Основы педагогики и психологии» для 10 класса разработана педагогом-психологом школы в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (ФГОС СОО), примерной основной образовательной программой среднего общего образования (ПООП СОО), а также с учетом специфики общеобразовательной школы и возрастных особенностей обучающихся 10 класса (подростковый возраст, период профессионального самоопределения и личностного становления).

Программа ориентирована на формирование у старшеклассников основ психологической грамотности, развитие их познавательных способностей, эмоционального интеллекта, навыков саморегуляции, эффективного межличностного взаимодействия и осознанного профессионального самоопределения. Особое внимание уделяется практической составляющей, позволяющей обучающимся применять полученные знания и навыки в реальной жизни, а также раскрывается роль педагога-психолога как специалиста, сопровождающего развитие личности.

Включение курса внеурочной деятельности «Основы педагогики и психологии» в учебный план способствует формированию целостной картины мира, углублению понимания человеком самого себя и окружающих, что является важным условием успешной адаптации и самореализации в современном обществе.

## 1.2. Цели изучения курса внеурочной деятельности «Основы педагогики и психологии»

Формирование: целостного представления о психологии как науке, изучающей психические явления, закономерности развития и поведения человека.

Развитие: познавательных психических процессов (внимание, память, мышление, воображение), эмоционально-волевой сферы, коммуникативных навыков и способностей к саморегуляции.

Осознание: закономерностей развития личности, индивидуальных различий, формирования Я-концепции и самооценки.

Изучение: основ социальной психологии, закономерностей межличностных отношений, форм и методов общения, а также механизмов разрешения конфликтов.

Понимание: особенностей психического развития в подростковом возрасте и его актуальных задач.

Ориентация: на осознанный выбор будущей профессии, ознакомление с психологией профессиональной деятельности.

Формирование: психологической культуры, культуры общения, толерантности и эмпатии.

Содействие: в профессиональном самоопределении обучающихся, предоставление информации о психологических аспектах различных профессий.

Предоставление: базовых знаний и навыков для психологической самопомощи и помощи близким.

**1.3. Место курса внеурочной деятельности «Основы педагогики и психологии» в учебном плане**

Курс внеурочной деятельности «Основы педагогики и психологии» в 10 классе является компонентом учебного плана, направленным на общекультурное и личностное развитие обучающихся. Преподавание предмета осуществляется педагогом-психологом, что обеспечивает преемственность между учебной деятельностью и психологическим сопровождением обучающихся в школе.

Объем: 34 часа в год (1 час в неделю).

Этапы изучения: 10 класс (1-й и 2-й семестры).

**1.4. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения** курса внеурочной деятельности «Основы педагогики и психологии» на уровне среднего общего образования.

**Личностные результаты:**

Осознание ценности психологических знаний для личностного роста, построения гармоничных взаимоотношений с собой и окружающими.

Сформированность основ психологической культуры: толерантность, эмпатия, уважение к личности другого, умение адекватно воспринимать критику.

Развитие мотивации к самопознанию, самосовершенствованию, постановке личных и учебных целей.

Готовность к осознанному выбору жизненного пути, профессиональному самоопределению.

Развитие навыков саморегуляции поведения и эмоциональных состояний, умение справляться со стрессовыми ситуациями.

Формирование активной жизненной позиции, ответственности за свои поступки.

**Метапредметные результаты:**

Познавательные:

Умение самостоятельно ставить цели своего обучения, искать и извлекать информацию из различных источников (учебник, научные статьи, интернет-ресурсы, психодиагностические инструменты).

Умение анализировать, сравнивать, обобщать, классифицировать психологические явления и теории.

Развитие способности к критическому мышлению, построению логических рассуждений.

Умение применять полученные знания для анализа жизненных ситуаций, поведения людей.

Развитие навыков саморефлексии, анализа собственного внутреннего мира.

Регулятивные:

Умение ставить учебные задачи, планировать свою деятельность, осуществлять самоконтроль и самооценку.

Развитие навыков волевой саморегуляции, включая умение преодолевать трудности и находить выход из сложных ситуаций.

Формирование умения мобилизовать свои ресурсы для достижения поставленных целей.

Коммуникативные:

Умение эффективно сотрудничать с учителем и сверстниками в групповой и индивидуальной работе.

Развитие навыков устной и письменной речи: умение ясно, логично и аргументированно излагать свои мысли.

Формирование навыков активного слушания, понимания эмоционального состояния собеседника.

Развитие умения вести диалог, участвовать в дискуссиях, высказывать и отстаивать свою точку зрения.

Умение конструктивно решать межличностные конфликты.

**Предметные результаты:**

**Знать:**

Основные понятия, категории, методы и направления современной психологии.

Структуру и виды психических процессов (ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение, эмоции, воля).

Закономерности развития личности, понятие индивидуальных различий, темперамента, характера, способностей, мотивации.

Сущность Я-концепции, самооценки и их влияние на поведение.

Основы социальной психологии: виды, функции, структура общения, межличностные отношения, конфликтные ситуации и пути их разрешения.

Особенности подросткового возраста.

Психологические аспекты выбора профессии и профессиональной деятельности.

**Уметь:**

Применять полученные знания для анализа жизненных ситуаций, поведения людей, своего собственного внутреннего мира.

Использовать приемы саморегуляции, управления эмоциями, повышения концентрации внимания, улучшения памяти.

Формулировать и описывать свои потребности, мотивы, чувства.

Эффективно общаться, слушать и понимать собеседника, конструктивно разрешать конфликты.

Проводить простейшие психологические наблюдения и анализировать их результаты.

Осознанно подходить к выбору будущей профессии, анализируя свои интересы и склонности.

**Владеть:**

Навыками самоанализа и рефлексии.

Навыками самомотивации и самоорганизации.

Навыками межличностного взаимодействия и построения отношений.

## 2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ОСНОВЫ ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ»

Курс внеурочной деятельности «Основы педагогики и психологии» является важным элементом гуманитарного образования, призванным раскрыть обучающимся мир человеческой психики, его внутреннее устройство и закономерности развития. Курс ставит своей целью не только дать теоретические знания, но и научить применять их в жизни для самопознания, саморазвития и эффективного взаимодействия с окружающими.

**Специфика курса в 10 классе:**

Акцент на самоопределении: 10 класс – это период активного профессионального и личностного самоопределения. Программа включает темы, помогающие обучающимся лучше понять свои склонности, интересы, мотивы, что облегчит им выбор будущего пути.

Развитие «мягких навыков» (soft skills): Особое внимание уделяется развитию коммуникативных навыков, эмоционального интеллекта, умения работать в команде, разрешать конфликты – навыков, востребованных как в учебе, так и в будущей профессиональной деятельности.

Практическая направленность: Значительная часть занятий посвящена практическим упражнениям, тренингам, психодиагностическим методикам (в адаптированной форме), которые помогают обучающимся осваивать приемы саморегуляции, анализировать свое поведение и эмоции.

Роль педагога-психолога: Преподавание курса педагогом-психологом школы обеспечивает интеграцию учебного процесса с практической психологической поддержкой обучающихся. Это позволяет своевременно выявлять индивидуальные особенности, трудности, оказывать помощь и консультирование, проводить развивающие занятия.

**Основные содержательные линии:**

Основы психологии: Предмет, задачи, история, методы психологии.

Психические процессы: Сенсорные процессы, внимание, память, мышление, речь, воображение.

Эмоционально-волевая сфера: Эмоции, чувства, стресс, воля, волевые качества.

Психология личности: Понятие личности, темперамент, характер, способности, мотивация, Я-концепция, самооценка.

Психология общения и межличностных отношений: Коммуникация, межличностные отношения, конфликтология, групповая динамика.

Психология развития: Особенности подросткового возраста.

Психология профессиональной деятельности: Выбор профессии, профессиональная ориентация.

Методы преподавания: Учитывая возрастные особенности обучающихся 10 класса, программа предполагает использование разнообразных активных и интерактивных методов: дискуссии, ролевые игры, тренинги, мозговые штурмы, работа с кейсами, анализ видеофрагментов, проектная деятельность, психодиагностические упражнения.

## 3.ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № п/п | Название раздела | Количество часов |
|---|---|---|
| 1. | Введение в психологию | 5 |
| 2. | Психические процессы | 8 |
| 3. | Эмоционально-волевая сфера | 4 |
| 4. | Психология личности | 5 |
| 5. | Психология общения и межличностных отношений. | 7 |
| 6. | Психология развития. | 2 |
| 7. | Психология профессиональной | 2 |

| | | |
|---|---|---|
| | деятельности. | |
| 8. | Итоговое повторение и проектная деятельность | 1 |
| | **Итого:** | **34 часа** |

## 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ОСНОВЫ ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ»

### Календарно - тематическое планирование (34 часа)

| № Раздел/ Тема | Кол-во часов |
|---|---|
| 1. Введение в психологию | 2 |
| 1.1. Психология как наука | 1 |
| 1.2. Методы психологических исследований | 2 |
| 2. Психические процессы | 2 |
| 2.1. Познавательные процессы: Ощущение и Восприятие | 2 |
| 2.2. Внимание | 2 |
| 2.3. Память | 1 |
| 2.4. Мышление и речь | 1 |
| 3. Эмоционально-волевая сфера | 1 |
| 3.1. Эмоции и чувства | 1 |
| 3.2. Психология стресса | 1 |
| 3.3. Воля | 1 |
| 4. Психология личности | 1 |

| | |
|---|---|
| 4.1. Личность: понятия и структуры | 1 |
| 4.2. Темперамент и характер | 1 |
| 4.3. Мотивация и потребности | 1 |
| 4.4. Способности и самооценка | 1 |
| 5. Психология общения и межличностных отношений | 1 |
| 5.1. Общение: виды, функции, невербальная коммуникация | 1 |
| 5.2. Межличностные отношения, конфликт | 2 |
| 5.3. Групповая динамика, лидерство | 2 |
| 5.4. Психологическая помощь и самопомощь | 1 |
| 6. Психология развития (подростковый возраст) | 1 |
| 6.1. Особенности подросткового возраста | 1 |
| 7. Психология профессиональной деятельности | 2 |
| 8. Итоговое повторение | 1 |
| **Итого:** | **34** |

## 4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ОСНОВЫ ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ» НА УРОВНЕ СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**Знаниевый компонент:**

Обучающийся знает основные понятия, категории, методы и направления современной психологии.

Обучающийся понимает структуру и функции психических процессов (внимание, память, мышление, речь, воображение, эмоции, воля).

Обучающийся ориентируется в вопросах психологии личности, знает о понятиях темперамента, характера, способностей, мотивации, Я-концепции, самооценки.

Обучающийся имеет представление о социальной психологии, общении, межличностных отношениях, конфликтных ситуациях и способах их разрешения.

Обучающийся понимает особенности подросткового возраста и основы психологии профессиональной деятельности.

**Деятельностный компонент:**

Обучающийся умеет применять полученные знания для анализа своего внутреннего мира, поведения, жизненных и учебных ситуаций.

Обучающийся владеет базовыми приемами саморегуляции, управления эмоциями, повышения концентрации внимания, улучшения памяти.

Обучающийся способен формулировать и описывать свои потребности, мотивы, чувства, анализировать свои личностные качества.

Обучающийся умеет строить эффективное общение, слушать и понимать собеседника, конструктивно разрешать межличностные конфликты.

Обучающийся способен проводить простейшие психологические наблюдения, анкетирования и анализировать их результаты.

Обучающийся умеет осознанно подходить к выбору будущей профессии, ориентируясь на свои интересы и склонности.

Ценностно-ориентационный компонент:

Обучающийся осознает ценность психологических знаний для личностного развития и успешной социализации.

Обучающийся демонстрирует уважение к индивидуальным особенностям других людей, проявляет толерантность и эмпатию.

Обучающийся стремится к самопознанию, самосовершенствованию и ответственному отношению к своей жизни.

## 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

### 5.1. Учебно-методическое обеспечение:

**Учебник:**

Психология. 10 класс: учеб. для общеобразоват. организаций / [И. В. Дубровина, А. Г. Липкина, Е. А. Соколова и др.]; под ред. И. В. Дубровиной. – М.: Просвещение, XXXX.

Презентации к урокам.

Карточки с заданиями для практических занятий.

Бланки для проведения тестов и упражнений.

Раздаточный материал для тренингов.

Видеоматериалы (фрагменты фильмов, документальных фильмов, научно-популярных роликов, демонстрирующих психологические явления).

Психодиагностический инструментарий (адаптированный):

Тесты на определение типа темперамента.

Методики диагностики внимания, памяти.

Опросники для самооценки (например, шкала самооценки Дембо-Рубинштейн).

Проективные методики (в игровой, адаптированной форме, для ознакомления).

Опросники профессиональных интересов и склонностей (например, тест Голланда).

Технические средства обучения:

Компьютер.

Проектор.

Интерактивная доска (при наличии).

Программное обеспечение:

Программы для создания презентаций (Microsoft PowerPoint, Google Slides).

Программы для работы с текстом (Microsoft Word, Google Docs).

Программы для проведения онлайн-тестирования (при необходимости).

**5.2. Литература:**

**Основная:**

Психология. 10 класс: учеб. для общеобразоват. организаций / [автор(ы)]; под ред. [ФИО]. – М.: [Издательство], [Год].

Рабочая программа. Психология. 10 класс. [Название серии, автор(ы)]. – М.: [Издательство], [Год].

**Дополнительная:**

Выготский Л. С. Педагогическая психология. – М.: АСТ: Астрель, 2009.

Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 2002.

Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. – СПб.: Питер, 2001.

Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Смысл, 2004.

Маслоу А. Мотивация и личность. – СПб.: Евразия, 1999.

Карнеги Д. Как приобретать друзей и оказывать влияние на людей. – М.: АСТ, 2016.

Ильин Е. П. Психология общения и межличностных отношений. – СПб.: Питер, 2009.

Калинина Н. В., Малинauskas Р. Психология человека: Учебник. – М.: ИНФРА-М, 2016.

Журналы: «Практическая психология», «Школьный психолог».

Научно-популярные сайты по психологии (например, PsyJournals.ru, psychologists.ru, Academia.edu).