

АННОТАЦИЯ

к рабочей программе элективного курса «Основы психологии»

для 10–11 классов на 2026–2027 учебный год

Срок реализации: 2 года (10–11 классы).

Объём: 51 час (17 часов в 10 классе, 34 часа в 11 классе).

Аннотация. Рабочая программа элективного курса «Основы психологии» разработана для учащихся 10–11 классов общеобразовательных организаций в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (ФГОС СОО), примерной основной образовательной программой среднего общего образования и примерной программой воспитания. Программа направлена на создание условий для профессионального самоопределения обучающихся и формирования позитивной установки на выбор педагогической профессии.

Цель программы: создание условий для профессионального самоопределения обучающихся и формирования позитивной установки на выбор педагогической профессии.

Задачи программы:

- предоставление возможностей для получения опыта психолого-педагогической и социально-педагогической деятельности (профессиональные пробы);
- развитие у школьников навыков и способностей к психолого-педагогической деятельности;
- разработка системы выявления и сопровождения педагогически одарённых школьников, в том числе мониторинга результатов профильного обучения и профессионального самоопределения школьников;
- реализация механизмов целевого обучения по педагогическим направлениям подготовки.

Актуальность программы обусловлена важнейшей задачей современной системы образования — ранней профориентацией обучающихся, одно из направлений которой нацелено на выявление и поддержку педагогически одарённых детей. Деятельность по выявлению и развитию педагогической одарённости приобретает системный характер в рамках психолого-педагогических классов, обеспечивая создание системы непрерывного педагогического образования.

Методологическая основа: системно-деятельностный подход, предполагающий активную учебно-познавательную деятельность обучающихся, формирование готовности к саморазвитию и непрерывному образованию в области психологии и педагогики. В рамках освоения программы происходит развитие метапредметных умений, включающих универсальные учебные действия: способность формулировать и аргументировать

собственную точку зрения, самостоятельно выбирать оптимальные коммуникативные стратегии в различных ситуациях общения.

Содержание курса делится на два блока:

10 класс (17 часов) — «Познавательные процессы и эмоциональная сфера»:

- Введение в психологию (3 ч.) — для чего нужна психология, житейская и профессиональная психология, место психологии в системе наук, будущее психологии.

- Ощущение и восприятие (3 ч.) — понятие об ощущениях, восприятие другого человека, практикум «Я создаю картину окружающего мира».

- Память (2 ч.) — понятие о памяти, процессы и виды памяти, практикум «Мнемотехнические приёмы».

- Мышление (3 ч.) — мышление и его характеристика, практикум «Исследование моего мышления».

- Воображение (2 ч.) — воображение и аутотренинг, сновидения как форма воображения, практикум «Воображение. Фантазия. Творчество».

- Внимание (2 ч.) — понятие о внимании, свойства и виды внимания, практикум «Как управлять своим вниманием?».

- Эмоции и чувства (2 ч.) — понятия об эмоциях и чувствах, виды эмоций, способы выражения эмоций, практикум «Эмоциональный термометр».

11 класс (34 часа) — «Психология общения, конфликтов и саморегуляции»:

- **Блок 1. Психология общения (8 ч.)** — общение, коммуникативная сторона общения, невербальные средства общения, техники активного слушания, тренинг «Публичное выступление», практикум «Я-высказывания», деловое общение, деловой этикет.

- **Блок 2. Конфликтология (8 ч.)** — понятие «конфликт», типы конфликтов, причины межличностных конфликтов, стили поведения в конфликтной ситуации, конструктивное разрешение конфликтов, правила поведения в конфликтной ситуации, практикумы «Конструктивное поведение в конфликте» и «Я-высказывания».

- **Блок 3. Успех, целеполагание и саморегуляция (10 ч.)** — понятие «успех», целеполагание (SMART-технология), онлайн-тренинг «Успех и целеполагание», беседа-практикум «Стратегии успеха», понятие «стресс», фазы развития стресса, способы реагирования на стресс, психическая саморегуляция, тренинг «Способы саморегуляции эмоционального состояния», практикум «Мой ресурс в стрессовой ситуации».

- **Блок 4. Профессиональная психология и проектная деятельность (8 ч.)** — психология в социальной сфере, психология в образовании, психологическая помощь в экстремальных ситуациях, нормативная база современной психологии, этические нормы профессий, профессиональная этика психолога и педагога, подготовка и защита проекта.

Планируемые результаты:

Знать/понимать: структуру психологической деятельности; методы психологии; познавательные процессы; виды темперамента; закономерности возрастного развития; основы психологии общения; природу конфликтов и способы их конструктивного разрешения; основы саморегуляции и стресс-менеджмента.

Уметь: объяснять, что изучает наука «психология», психологические термины; сравнивать методы психологии; различать понятия: индивид, индивидуальность, личность, субъект деятельности; приводить примеры различных видов темперамента и познавательных процессов; оценивать поведение людей с точки зрения психологических норм; решать познавательные и практические задачи; осуществлять поиск психологической информации; использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для развития своих способностей, развития рефлексии, адекватного восприятия себя и окружающего мира.

Формы контроля: тестирование, текущий опрос, практические работы, тренинги, практикумы, дискуссии, проектная деятельность, защита проекта.

Материально-техническое обеспечение: учебный кабинет, оснащённый компьютером, проектором, выходом в интернет; электронные образовательные ресурсы (Rutube, Яндекс.Видео, ВКонтакте); учебные пособия по психологии; раздаточный материал.

Вывод: программа элективного курса «Основы психологии» обеспечивает системную допрофессиональную подготовку обучающихся 10–11 классов, способствует осознанному выбору педагогической профессии, формирует первоначальные психологические знания и умения, развивает коммуникативные навыки, навыки саморегуляции и конструктивного разрешения конфликтов, а также создаёт основу для успешного поступления в педагогические учебные заведения и дальнейшей профессиональной самореализации.