

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 52»

Рассмотрено  
на заседании ШМО  
Протокол №

« 31 » августа 2023г.

Председатель ШМО  
Недбайло С.Ю. /Недбайло С.Ю./

Согласовано

« 31 » августа 2023 г.

Зам. директора по ВР

Багаева О.В. /Багаева О.В./

«Утверждаю»

Приказ №362 от  
31.08.2023

Директор МОАУ «СОШ  
№52»

Павлова Е.В. /Павлова Е.В./



**Рабочая программа  
по курсу внеурочной деятельности  
«Психология личности»  
(социальной направленности)  
для 11 класса**

на 2023-2024 учебный год

Составитель : педагог-психолог

Харламова Екатерина Алексеевна

Программа по курсу внеурочной деятельности «Познай себя » составлена на основе авторской программы «Психология» Р.С. Немова, И.В. Дубровиной, А. М. Прихожан.

**Цель:** формирование гуманистического мировоззрения, самоопределения и психологической культуры обучающихся.

**Задачи:**

- формирование психологических знаний;
- пробуждение интереса к другим людям и самому себе;
- развитие интеллектуальной сферы;
- развитие самосознания, эмоциональной сферы.
- осознание особенностей человеческой психики и социального поведения;
- развитие способностей конструктивно строить взаимоотношения с окружающими;
- воспитание уверенности в себе, чувства собственного достоинства.
- выработка собственной личностной позиции;

Освоение учебного материала даст обучающимся возможность приблизиться к пониманию феномена человека, уникальности его внутреннего мира и неразрывной связи с миром внешним, другими людьми, нациями, человечеством в целом. Обучающиеся смогут научиться моделировать свое будущее, принимать решения, делать выбор и нести за него ответственность, отстаивать свои права, уважая интересы других людей, что позволит ощущать себя полноправными гражданами общества, активными субъектами деятельности и социальной действительности.

Тренинговые занятия и психологический практикум будут способствовать развитию социальных навыков обучающихся, их успешной социализации.

## **Планируемые результаты.**

### ***Предметные результаты.***

1. Знание общественно-исторической обусловленности человеческих способностей.
2. Понимание психологических механизмов развития способностей.
3. Понимание роли общих способностей для достижения успешности в обучении и в жизни.
4. Формирование представления о специальных способностях и их связи с различными видами человеческой деятельности.
5. Формирование представления о том, что роднит понятия «способности», «талант», «гениальность» и что дает основания их различать.

### ***Личностные результаты***

- 1.Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию,самоопределению и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.
- 2.Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
3. Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.
- 4.Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.
5. Стремление к поиску наиболее эффективных способов учебной деятельности.
- 6.Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.
- 7.Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

### **Метапредметные результаты**

- 1.освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 2.формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 3.формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 4.активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач;
5. определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**11 класс**

### **1. Введение (1 час).**

Психология самоопределения. Что такое психологическая готовность к самоопределению, социализация, ценностные ориентации.

### **2. Юность – пора самоопределения (4 часа).**

Что такое самоопределение, мировоззрение, идентичность, рефлексия, смысл жизни. Какова роль временной перспективы для самоопределения и личностного развития. Как эффективно использовать время своей жизни, планирование.

### **3. Личностное самоопределение (10 часов).**

Чувства, как отражение личности человека, его индивидуальных особенностей и жизненного опыта. Структура и роль чувств, эмоций и эмоциональных состояний. Развитие чувств в онтогенезе. Высшие чувства. Психологическая характеристика чувств.

### **4. Профессиональное самоопределение (4 часа).**

Личностные факторы профессионального самоопределения. Условия успешного профессионального самоопределения. Выбор будущей профессии. Индивидуальный стиль деятельности. Карьера.

### **5. Социальное самоопределение (8 часов)**

Роль и значение семьи в жизни человека. Психологические особенности мужчин и женщин, социальные стереотипы. Любовь в семье. Психологическая совместимость. Условия и технологии эффективной коммуникации.

### **6. Что может нарушить процесс самоопределения (6 часов)**

Психологические барьеры. Психологический стресс, его причины, формы и способы преодоления. Психологические зависимости. Способы уверенного отказа. Развитие навыка уверенности в себе.

**Заключение (1 час).** Обобщение основных аспектов проблемы самоопределения личности.

## **КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

### **11 класс**

№	тема	Кол-во часов
	Введение	1
1.	Юность – пора самоопределения	4

2.	Личностное самоопределение	10
3.	Профессиональное самоопределение	4
4.	Социальное самоопределение	8
5.	Что может нарушить процесс самоопределения	6
	Заключение	1
	Итого:	34

№ п/п	№ урока в разделе	Дата	Тема урока	
<b>1. Введение (1 час)</b>				
1	1		Психология самоопределения.	Что такое самоопределение? Самоопределенность и ориентация.
<b>Раздел 2. Юность – пора самоопределения (4 часа)</b>				
2	1		На пороге взрослой жизни. Мироззрение и самоопределение.	Представление о себе. Характеристика личности. Понятие самоопределения.
3	2		Жизненные цели и временная перспектива. Время в жизни человека. Целепологание.	Роль времени в самоопределении. Тайм-менеджмент.
4	3		Поколения формируются в юности.	Свойства и качества эффективной личности. Сопричастность человека.
5	4		Коллектив и личность	Роль процесса самоопределения в формировании личности. Личность и коллектив.
<b>Раздел 3. Личностное самоопределение (10 часов)</b>				
6	1		Чувства - важнейшая характеристика личности	Представление о себе. Отражение личности в опыте.
7	2		Эмоциональные состояния и чувства	Эмоции, чувства и их структура.

				человека
8	3		Развитие чувств в онтогенезе. Роль коллектива в развитии.	Основные чувства
9	4		Высшие чувства, потребности, притязания	Основные этапы становления
10	5		Психологическая характеристика нравственных чувств	Психологическая характеристика социальной ответственности, достоинства
11	6		Психологическая характеристика негативных чувств ( вины, стыда)	Социальная ответственность
12	7		Психология малых групп	Социально-психологические взаимодействия, нормы.
13	8		Лидерство.	Психологические особенности лидеров. Стратегии лидерства.
14	9		Право на отказ.	Развитие навыков противостояния давлению
15	10		Деловое общение. Публичные выступления.	Психологические особенности публичных выступлений
<b>Раздел 4. Профессиональное самоопределение (4 часа)</b>				
16	1		Отношение к труду и самооценка в процессе профессионального самоопределения	Показать сущность профессионального самоопределения человека к труду
17	2		Способности и склонности	Показать необходимость профессионального самоопределения
18	3		Выбор будущей профессии.	Раскрыть сущность профессионального самоопределения будущей профессии
19	4		Обобщение по теме «Профессиональное самоопределение»	Стратегии профессионального самоопределения. Психологические особенности профессионального самоопределения
<b>Раздел 5. Социальное самоопределение (8 часов)</b>				
20	1		Семья и брак. Функции современной семьи	Показать значение семьи в жизни человека, ценности
21	2		Психологические особенности мужчин и женщин	Познакомить с психологическими особенностями мужчин и женщин.
22	3		Механизмы межличностного восприятия.	Основные этапы межличностного восприятия, факторы привлекательности
23	4		Психологические защиты.	Механизмы психологических защит. Саморегуляция
24	5		Конструктивное общение как условие эффективных коммуникаций	Барьеры общения. Стили общения

25	6		Активное и пассивное слушание.	Процесс сл эффективн
26	7		Манипулирование.	Причины м манипулят
27	8		Самопрезентация	Приёмы ра Похвала и
<b>Раздел 6. Что может нарушить процесс самоопределения</b>				
28	1		Психологические барьеры самоопределения	Дать предс самоопред преодолен
29	2		Психологический стресс. Фрустрация.	Дать предс особенност стресса и ф самоопред негативны
30	3		Психологические зависимости. Бегство в иллюзии	Дать предс зависимост справлятьс
31	4		Игровая зависимость. Интернет-зависимость	Раскрыть м Интернет - способами
32	5		Общие характеристики психологической зависимости	Выделить с зависимост подходы к
33	6		Обобщение по теме «Что может нарушить процесс самоопределения»	Приёмы «с Психологи
34	1		Итоговое обобщение.	Подвести с материала