

**«МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Приморского края
Администрация Ольгинского муниципального округа
МКОУ "СОШ с.Весёлый Яр"**

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО



Луговец С.А.

Протокол № 1 от «29»
августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель
директора по УВР



Н.В.Бильдянова

УТВЕРЖДЕНО

Директор



Е.В.Ренжина

Приказ № 58 ОД от «30»
августа 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету (курсу) «Основы психологии»
на уровень основного общего образования

2024г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа «Основы психологии» (8 класс) составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, основной образовательной программой основного общего образования.

За основу данной программы взята государственная программа спецкурса по самопознанию для 9 классов, программа «Психология 8-11 класс» А.А. Реан, Ю.Б. Гатанов, А.А. Баранов, а также работа Я.Л. Коломинского «Человек: психология».

Данная программа рассчитана на учащихся 8 класса и призвана не только познакомить восьмиклассников с достижениями психологической науки, но и помочь им в познании самих себя, своих индивидуальных особенностей.

Занятия по предлагаемой Программе формируют у восьмиклассников новые знания в сфере психологии, развивают самосознание, чувство собственного достоинства, адекватную самооценку; помогают раскрыть сущность личностной направленности (потребностей, желаний, целей, смыслов, идеалов, ценностных ориентаций); способствуют развитию эмоциональной сферы (чувств, переживаний, настроений) и пониманию чувств и переживаний других людей.

В программе курса больше времени отводится на активные формы работы в связи с тем, что одной из главных задач занятий с обучающимися является формирование устойчивых навыков конструктивного общения, развития 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.

Программа предполагает дискуссии, игры, в ходе которых учащиеся будут иметь возможность проверить эффективность различных моделей поведения, отработать навыки принятия решения. В практические занятия включён блок упражнений, способствующих развитию мышления, воображения; упражнений и игр, требующих взаимодействия и сотрудничества, совместного поиска решений или их вариантов.

Программа направлена на решение **следующих задач:**

- обеспечение обучающегося средствами самопознания;
- повышения представлений школьника о собственной значимости, ценности;
- укрепление у него чувства собственного достоинства;
- развитие навыков и умений, необходимых для уверенного поведения, для преодоления затруднений в учебе, в общении;
- формирование мотивации самовоспитания и саморазвития.

Программа призвана развивать в школьниках определенные качества, которые можно объединить в понятие социальная компетентность.

Под социальной компетентностью понимается следующее:

Умение принимать решение и делать выбор.

Готовность брать на себя ответственность за свой выбор и свои поступки.

Способность конструктивно строить свои взаимоотношения с окружающими.

Умение анализировать ситуацию, мотивы, интересы, чувства, поступки других.

Вера в себя, свои способности и собственную возможность быть эффективным в избранных сферах деятельности;

Умение быть независимым, отстаивать свою позицию конструктивными способами.

Способность ставить перед собой близкие и дальние цели, вырабатывать способы их достижения.

Осознание возможности и необходимости быть субъектом общественной жизни и деятельности.

Все эти качества свойственны людям, имеющим позитивное отношение к себе (Я-концепцию), чувство собственного достоинства.

Методической особенностью данной программы является проблемно-диалогический подход в обучении. Особую роль в творческом освоении новых знаний старшеклассниками имеют проблемные вопросы. Их постановка позволяет включить учащихся в обсуждение, побудить высказать свою точку зрения, задуматься о неожиданных аспектах привычных событий или отношений. Выслушивая разные мнения, педагог-психолог должен поощрять активность учащихся, удерживаться от критических замечаний и категоричных оценок.

Диалогический характер обучения призван способствовать самостоятельному «открытию» школьниками различных аспектов психологических явлений и фактов; осознанию необходимости учета позиций, мнений, интересов и потребностей других людей в процессе межличностного взаимодействия, преимуществ конструктивных взаимоотношений с людьми для достижения собственных жизненных целей.

Основным принципом осуществления данной программы является создание атмосферы доверия и раскрепощенности, обстановки творческого поиска, в которой обучающиеся смогут свободно высказывать свое мнение, разыгрывать ситуации, участвовать в ролевых играх, выполнять упражнения, что требует от преподавателя владения активными методами обучения, умения вести дискуссии, обсуждения, организовывать работу в малых группах, применять элементы психологического тренинга.

Количество учебных часов, на которые рассчитана программа:

	8 класс
Количество учебных недель	34
Количество часов в неделю	1
Количество часов в год	34

I Планируемые результаты освоения учебного предмета

8 класс

Личностные результаты

Овладение определенными социально-психологическими знаниями;
Развитие способности адекватного и наиболее полного познания себя и других людей;

Диагностика и коррекция личностных качеств и умений, снятие барьеров, мешающих реальным и продуктивным действиям;

Изучение и овладение индивидуализированными приемами межличностного взаимодействия для повышения его эффективности.

Положительно-эмоционально относиться к изучаемому материалу и к учению в целом. Формирование адекватной самооценки.

Уметь оценивать поступки людей, уметь соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами,

Знания моральных норм; развитие познавательных интересов;

Ознакомить учащихся с внутренним миром личности, с нравственными ценностями

Метапредметные результаты:

Умение рефлексировать (видеть проблему; анализировать сделанное – почему получилось, почему не получилось, видеть трудности, ошибки);

Умение целеполагать (ставить и удерживать цели);

Умение планировать (составлять план своей деятельности);

Умение моделировать (представлять способ действия в виде модели-схемы, выделяя все существенное и главное);

Умение проявлять инициативу при поиске способа (способов) решения задачи;

Умение вступать в коммуникацию (взаимодействовать при решении задачи, отстаивать свою позицию, принимать или аргументировано отклонять точки зрения других).

Ожидаемые результаты освоения программы.

Личностные результаты:

- в *ценностно-ориентационной сфере*: сформированность эмоционально-ценностного отношения к миру, к отношениям между людьми; соблюдение норм и правил, способствующих психологическому благополучию в социуме.

- *в познавательной сфере:* развитие и закрепление адекватных способов ориентирования в окружающем мире: в мире отношений; во внутреннем мире, обогатит эмоциональный опыт, активизирует мышление, восприятие, воображение

- *в коммуникативной сфере:* формированию коммуникативных качеств: слушать и слышать другого человека, использовать приемы, направленные на эффективное общение, уважение к мнению другого человека, к его высказываниям.

I I. Содержание программы

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Введение	Тема 1. Что изучает психология? Что такое психика? Составляющие моего «Я»: психические процессы, волевые качества, темперамент, характер, коммуникативные способности, личностные качества. Для чего необходимы знания психологии? Знания психологии для себя, в семейных отношениях, в общении с людьми.
2	Ощущение и восприятие.	Тема 1. Введение понятия «ощущение», «восприятие». Введение понятия. Пороги ощущений. Чувствительность. Адаптация. Развитие чувствительности. Тема 2. Введение понятия «восприятие». Восприятие и прошлый опыт человека. Избирательность восприятия. Виды восприятия.
3	Память.	Тема 1. Введение понятия «память», виды памяти. Память. Виды памяти. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение. Индивидуальные особенности памяти.
4	Мышление.	Тема 1. Мышление. Виды мышления: конкретно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое. Творческое мышление
5	Внимание.	Тема 1. Введение понятия «внимание», «виды внимания». Непроизвольное внимание. Непроизвольность, легкость возникновения и переключения. Произвольное внимание. Принятие задачи. Послепроизвольное внимание. Тема 2. Основные свойства внимания. Концентрация. Объем. Переключение.

		Распределение. Устойчивость. Колебания внимания при восприятии действенных изображений. Тема 3. Управление вниманием
6	Темперамент.	Тема 1. Понятие «темперамент», свойства нервной системы и типы темперамента. Темперамент. Холерический, сангвинический, флегматический, меланхолический. Тема 2. Какой у меня темперамент (практикум). Методика изучения темперамента.
7	Способности.	Тема 1. Понятие «способности», виды способностей. Способности. Виды способностей: общие способности, специальные. Степени развития способностей. Тема 2. Профессиональное самоопределение Изучение направленности способностей, уровня их развития.
8	Эмоции.	Тема 1. Понятие об эмоциях и чувствах. Классификация эмоций. Тема 2. Внешнее выражение эмоций и поведение. Мимика, жесты.
9	Психические состояния	Тема 1. Психические состояния: особенности, классификация. Тема 2. Утомление и стресс. Фрустрация. Настроение.
10.	Я-концепция и самооценка.	Тема 1. Я – концепция. Самооценка. Виды самооценки.
11	Характер.	Тема 1. Понятие «характер», его изучение. Характер. Структура характера. Признаки характера. Тема 2. Какой у меня характер? Методики изучения характера, индивидуальные особенности личности.
12	Общение	Тема 1. Правила общения. Тема 2 Межличностное познание. Стереотипизация. Проецирование. Децентрация, идентификация, эмпатия.
13	Волнение и стресс	Тема 1. Волнение. Стресс. Тема 2. Уровень стрессоустойчивости Тема 3. Эффективные способы саморегуляции в стрессовых ситуациях.

Тематическое планирование 8 класс

№ п/п	Разделы и темы	Количество часов			Форма учебных занятий
		теория	практика	всего	
Введение				1	
1.	Что изучает психология?	1		1	
2.	Для чего необходимы знания психологии?				
Ощущения и восприятие				5	
3.	Пороги ощущений. Чувствительность.	1		1	
4.	Адаптация. Развитие чувствительности.		1	1	
5.	Восприятие. Константность восприятия.	1		1	
6.	Избирательность восприятия.		1	1	
7.	Виды восприятия	1		1	
Память				2	
8.	Виды памяти	1		1	
9.	Процессы памяти	1		1	
Мышление				3	
10.	Операции мышления.	1		1	
11.	Основные виды мышления	1		1	
12.	Творческое мышление		1	1	
Внимание				3	
13.	Виды внимания	1		1	
14.	Основные свойства внимания	1		1	
15.	Управление вниманием		1	1	
Темперамент				2	
16.	Понятие «темперамент». Типы темперамента.	1		1	
17.	Какой у меня темперамент (практикум)		1	1	игра
Способности				2	
18.	Понятие «способности», виды способностей	1		1	

19	Профессиональное самоопределение		1	1	игра
Эмоции				2	
20	Понятие об эмоциях и чувствах. Классификация эмоций.	1		1	
21	Внешнее выражение эмоций и поведение. Мимика и жесты.	1		1	
Психические состояния				2	
22	Психические состояния: особенности, классификация.	1		1	
23	Утомление и стресс. Фрустрация. Настроение.	1		1	
Я-концепция и самооценка				1	
24	Я-концепция. Самооценка. Виды самооценки	1		1	
Характер				3	
25	Понятие «характер». Структура характера. Признаки характера.	1		1	
26	Какой у меня характер?		1	1	игра
27	Индивидуальные особенности личности		1	1	игра
Общение				3	
28	Правила общения	1		1	
29	Межличностное познание.	1	1	2	
Волнение и стресс				5	
30	Волнение. Стресс.	1	1	2	
31	Уровень стрессоустойчивости		1	1	
32	Эффективные способы саморегуляции в стрессовых ситуациях.	1	1	2	
ИТОГО:		22	12	34	