



Департамент образования Администрации города Ноябрьска

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 2 с углубленным изучением иностранных языков»
муниципального образования город Ноябрьск»

РАССМОТРЕНО

на заседании методического
объединения учителей

Протокол № 1
от « » 2023 г.

Руководитель методического
объединения: _____

СОГЛАСОВАНО

заместитель
директора по УВР
Сайфуллина Е.С.

от «31» 08 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

директор школы
И.Л.Гребнева
приказ № _____
от «3» 20 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
по психологии межличностных отношений
базовый уровень
для 11 класса
срок освоения 1 год
1 раз в неделю (34 часа)**

Автор-составитель:
Петрова Мзия Валерьевна
педагог-психолог

Учебник: Куницина В.Н. и др. Межличностное общение. Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2002. 544 с.

Рабочая программа составлена на основе: Программы Пономаренко П.П., Белоусова Р.В. «Психология общения для старшеклассников», Григорьева Т.Г., Линская Л.В., Усольцева Т.П. «Основы конструктивного общения», Васильченко К.В. «Путешествие в страну «Я», Нартова-Бочавер С.К. «Психология личности и межличностных отношений»

2023 - 2024 учебный год

Рабочая программа по элективному учебному курсу «Психология межличностных отношений» для среднего общего образования (базовый уровень) составлена на основе ФГОС СОО, программы Пономаренко П.П., Белоусова Р.В. «Психология общения для старшеклассников», Григорьева Т.Г., Линская Л.В., Усольцева Т.П. «Основы конструктивного общения», Васильченко К.В. «Путешествие в страну «Я», Нартова-Бочавер С.К. «Психология личности и межличностных отношений». Программа учебного курса для 11 класса, согласно требованиям к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования, в соответствии с учебным планом школы, календарным учебным графиком школы.

Рабочая программа по элективному учебному предмету «Психология межличностных отношений» для среднего общего образования (базовый уровень) рассчитана на: 34 часов (1 час в неделю).

2. Содержание учебного предмета «Психология межличностных отношений»

11 класс (34 часов)

Введение в предмет (2 часа)

Психика. Психическое отражение окружающего мира.

Самосознание. «Я – концепция». (4 часов)

Самосознание, самопознание, Я-концепция. Знаю ли я себя? Путешествие к своему Я.

Оценка своего Я.

Межличностные отношения (3 часа)

Психологическая структура общения. Коммуникативная сторона общения

Приемы расположения к себе. Самопрезентация.

Психология общения (3 часа)

Что такое общение. Правила критики и комплементов. Взаимодействие в совместной деятельности.

Уверенность в межличностном общении (4 часа)

Здоровая самооценка и уверенность в себе. Я уверен в себе! Идеальные люди, идеальный Я.

Психология счастливого человека.

Межличностное общение (4 часов)

Методы изучения межличностного общения и взаимодействия. Потребности в доверительном общении, милосердии и поддержке. Восприятие людьми друг друга.

Влияние черт личности на общение.

Внутренний мир человека и система представлений о себе. Самооценка (3 часа)

Понятие личности. Уникальность личности каждого человека. Формула самооценки.

Будь лучшим!

Целеполагание. (4 часа)

Моя цель и мой выбор. Целеполагание в выборе профессии. Мотивационная сфера личности.

Эффективная постановка целей.

Влияние темперамента на выбор профессии. Определение типа темперамента (5 часа)

Проблема выбора профессии. Профпригодность. Выбор профессии на основе самооценки.

Ошибки, которые наиболее часто допускаются при выборе профессии. Человек как субъект выбора.

Искусство жить в гармонии с собой и другими (2 часа)

Обобщение знания о себе, своей самооценности. Обобщение знания о понимании других людей.

3. Планируемые результаты освоения учебного предмета

В результате освоения программы элективного учебного курса «Психология межличностных отношений» формируются следующие универсальные учебные действия, соответствующие требованиям ФГОС ООО:

Личностные результаты:

- оценивание поступков людей, умение соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами ориентация в системе моральных норм, понимание конвенционального характера морали;
- доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым насилиям;
- позитивная моральная самооценка и моральные чувства – чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении.
- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия;
- потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании.
- умение конструктивно разрешать конфликты.

Метапредметные результаты

- умение самостоятельно контролировать своё поведение в эмоционально-напряжённой обстановке и управлять им;
- умение принимать решения в проблемной ситуации на основе выбора социально приемлемых форм поведения;
- владение навыками слушания и понимания собеседника;
- умение прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей.
- умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном решении проблем, интегрироваться в группу сверстников. адекватное и самостоятельное восприятие и воспроизведение неречевых проявлений, т.е. сформированность полноценных средств неречевого общения, не отличающихся от нормально видящих.
- умение объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые при изучении этических норм и правил поведения человека.

Предметные результаты

- формирование навыков коммуникативной деятельности;
- активизация речи в условиях совместной учебно-игровой деятельности;
- положительная мотивация к учению;
- умение самостоятельно действовать по инструкции педагога.

**Содержание учебного курса
«Психология межличностных отношений»**

№	Содержание курса внеурочной деятельности	Форма организации	Вид деятельности
1	Психология как наука (2 часа) 1. Введение в предмет 2. Психика. Психическое отражение окружающего мира.	Проблемно-диалогическая лекция с элементами дискуссии.	Познавательная деятельность. Проблемно-ценностное общение
	Самосознание. «Я – концепция». (4 часов) 1. Самосознание, самопознание, Я-концепция, 2. Знаю ли я себя? 3. Путешествие к своему Я. 4. Оценка своего Я.	Проблемно-диалогическая лекция. Выполнение тестовой работы. Индивидуальная работа	Проблемно-ценностное общение
	Межличностные отношения (3 часа) 1. Психологическая структура общения. 2. Коммуникативная сторона общения 3. Приемы расположения к себе. Самопрезентация.	Проблемно-диалогическая лекция. Парная работа.	Проблемно-ценностное общение
	Психология общения (3 часа) 1. Что такое общение. 2. Правила критики и комплементов. 3. Взаимодействие в совместной деятельности.	Групповая работа, игровые упражнения	Игровая деятельность
	Уверенность в межличностном общении (4 часа) 1. Здоровая самооценка и уверенность в себе. 2. Я уверен в себе! 3. Идеальные люди, идеальный Я. 4. Психология счастливого человека.	Парная работа, игровые упражнения, дискуссия	Проблемно-ценностное общение, игровая деятельность
	Межличностное общение (4 часов) 1. Методы изучения межличностного общения и взаимодействия. 2. Потребности в доверительном общении, милосердии и поддержке. 3. Восприятие людьми друг друга. 4. Влияние черт личности на общение.	Парная работа, игровые упражнения, дискуссия	Проблемно-ценностное общение, игровая деятельность
	Внутренний мир человека и система представлений о себе. Самооценка (3 часа)	Дискуссия. Групповая работа. Выполнение упражнений.	Проблемно-ценностное

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Понятие личности. Уникальность личности каждого человека. 2. Формула самооценки. 3. Будь лучшим! 		общение, игровая деятельность
	Целеполагание. (4 часа) <ol style="list-style-type: none"> 1. Моя цель и мой выбор. 2. Целеполагание в выборе профессии. 3. Мотивационная сфера личности. 4. Эффективная постановка целей. 	Выполнение упражнений Дискуссия.	Познавательная деятельность
	Влияние темперамента на выбор профессии. Определение типа темперамента (5 часа) <ol style="list-style-type: none"> 1. Проблема выбора профессии. 2. Профпригодность. 3. Выбор профессии на основе самооценки. 4. Ошибки, которые наиболее часто допускаются при выборе профессии. 5. Человек как субъект выбора. 	Дискуссия. Групповая работа. Выполнение упражнений.	Трудовая и игровая деятельности
	Искусство жить в гармонии с собой и другими (2 часа) <ol style="list-style-type: none"> 1. Обобщение знания о себе, своей самооценки. 2. Обобщение знания о понимании других людей. 	Упражнение на рефлекссию. Самоанализ. Беседа	Проблемно-ценностное общение

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

В результате освоения программы курса «Психология межличностных отношений» формируются следующие универсальные учебные действия, соответствующие требованиям ФГОС ООО:

Личностные результаты:

- оценивание поступков людей, умение соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами ориентация в системе моральных норм, понимание конвенционального характера морали;
- доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым насилия;
- позитивная моральная самооценка и моральные чувства – чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении.
- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия;
- потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании.
- умение конструктивно разрешать конфликты.

Метапредметные результаты

- умение самостоятельно контролировать своё поведение в эмоционально-напряжённой обстановке и управлять им;
- умение принимать решения в проблемной ситуации на основе выбора социально приемлемых форм поведения;
- владение навыками слушания и понимания собеседника;
- умение прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей.
- умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном решении проблем, интегрироваться в группу сверстников. адекватное и самостоятельное восприятие и воспроизведение неречевых проявлений, т.е. сформированность полноценных средств неречевого общения, не отличающихся от нормально видящих.
- умение объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые при изучении этических норм и правил поведения человека.

Предметные результаты

- формирование навыков коммуникативной деятельности;
- активизация речи в условиях совместной учебно-игровой деятельности;
- положительная мотивация к учению;
- умение самостоятельно действовать по инструкции педагога.

Тематическое планирование

№	Дата проведения		Тема	Кол-во часов	Форма организации	Вид деятельности
	Пред-полаг.	По факту				
Психология, как наука. (2 часа)						
1.			Введение в предмет Психика.	1	Проблемно-диалогическая лекция с элементами и дискуссии.	Учатся понимать значение психологических знаний для жизни человека.
2.			Психическое отражение окружающего мира	1	Проблемно-диалогическая лекция с элементами и дискуссии.	Учатся анализировать причины, ведущие к искажению информации в процессе восприятия людьми друг друга.
Самосознание. «Я – концепция». (4 часов)						
3.			Самосознание, самопознание, Я-концепция,	1	Проблемно-диалогическая лекция.	Учатся передавать информацию с помощью интонаций. Учатся рефлексировать, применять навыки самоанализа.
4.			Знаю ли я себя?	1	Выполнение тестовой работы	Учатся распознавать и анализировать особенности проявлений психологических защитных механизмов, их функций и роли в поведении человека.
5.			Путешествие к своему Я.	1	Проблемно-диалогическая лекция, с элементами и дискуссии	Изучают стили общения. Учатся определять тот или иной стиль общения

6.			Оценка своего Я.	1	Индивидуальная работа	Знакомятся с умением управления собеседником против его воли. Изучают особенности защиты от манипуляций.
Межличностные отношения как предмет научного знания (3 часа)						
7.			Психологическая структура общения.	1	Дискуссия	Знакомятся с основными категории психологии общения и функций общения
8.			Коммуникативная сторона общения	1	Парная работа.	Знакомятся с особенностями межличностных отношений.
9.			Приемы расположения к себе. Самопрезентация	1	Игровые упражнения	Изучают важность общения в жизни и в профессиональной деятельности. Учатся выступать перед аудиторией
Психология общения (3 часа)						
10.			Слушать и слышать	1	Работа в группах	Обучаются слушать собеседника активно
11.			Правила критики и комплементов.	1	Работа в группах	Учатся конструктивно реагировать на негативные эмоции партнеров по общению, вырабатывать собственные способы эффективной коммуникации
12.			Взаимодействие в совместной деятельности.	1	Групповая работа, игровые упражнения	Учатся вступать в отношения сотрудничества, взаимопомощи.
Уверенность в межличностном общении (4 часа)						
13.			Здоровая самооценка и уверенность в себе.	1	Игровые упражнения	Учатся адекватно оценивать себя и свои возможности.
14.			Я уверен в себе!	1	Парная работа	Учатся вести себя уверенно, быть уверенными в себе.

15.			Идеальные люди, идеальный Я.	1	Игровые упражнения	Учатся оценивать людей и себя, принимать недостатки окружающих. Учатся самораскрываться.
16.			Психология счастливого человека.	1	Парная работа	Учатся правильно относиться к трудностям и проблемам, чтобы быть счастливым и не испытывать стресс.
Межличностное общение (4 часов)						
17.			Методы изучения межличностного общения и взаимодействия	1	Дискуссия	Учатся распознавать и анализировать особенности проявлений психологических защитных механизмов, их функций и роли в поведении человека.
18.			Потребности в доверительном общении, милосердии и поддержке.	1	Парная работа, игровые упражнения	Уметь оказывать поддержку
19.			Восприятие людьми друг друга.	1	Парная работа, игровые упражнения	Знакомятся с приемами поддержания разговора, создания благоприятного впечатления.
20.			Влияние черт личности на общение	1	Парная работа, игровые упражнения	Учатся определять, как черты и особенности человека влияют на его поведение и общение с другими людьми
Внутренний мир человека и система представлений о себе. Самооценка (3 часа)						
21.			Понятие личности. Будь лучшим!	1	Дискуссия	Знакомятся с понятием «личность», «структура личности». Учатся выделять свои положительные качества
22.			Уникальность личности каждого человека.	1	Дискуссия	Знакомятся с понятием «уникальность в структуре личности». Учатся выделять признаки своей уникальности и людей вокруг

23.			Формула самооценки.	1	Групповая работа.	Выявляют уровень собственной самооценки.
Целеполагание. (4 часа)						
24.			Моя цель и мой выбор.	1	Индивидуальная работа.	Учатся определять свои цели, обосновывать их выбор
25.			Целеполагание в выборе профессии.	1	Индивидуальная работа.	Учатся выделять приоритеты при планировании своих жизненных и профессиональных перспектив, а также готовность соотносить свои профессиональные цели и возможности
26.			Мотивационная сфера личности.	1	Дискуссия	Учатся анализировать свои и чужие личные взаимоотношения.
27.			Эффективная постановка целей.		Игровые упражнения	Учатся ставить цели и планировать действия для их достижения, самосовершенствоваться в учебной и трудовой деятельности;
Влияние темперамента на выбор профессии. Определение типа темперамента (5 часа)						
28.			Проблема выбора профессии.	1	Сюжетно-ролевая игра	Учатся обосновывать важность выбора профессии в жизни человека.
29.			Профпригодность.	1	Сюжетно-ролевая игра	Учатся анализировать информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности;
30.			Выбор профессии на основе самооценки.	1		Учатся соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
31.			Ошибки, которые наиболее часто допускаются при выборе профессии.	1		Учатся называть основные проблемы, возникающие при выборе профессии;

32.			Человек как субъект выбора.	1		Учатся составлять личный план как средство реализации программы личностного и профессионального роста человека
<i>Искусство жить в гармонии с собой и другими (2 часа)</i>						
33.			Обобщение знания о себе, своей самооценности.	1	Упражнение на рефлексию · Самоанализ.	Учатся оценивать себя и других людей как личности.
34.			Обобщение знания о понимании других людей	1	Беседа	Учатся сравнивать психологические характеристики личности, данные разными людьми.