

Министерство общего и профессионального образования Ростовской области
Отдел образования Кагальницкого района
МБОУ Кагальницкая СОШ № 1

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по УВР

Погребная Н.И.

Протокол педсовета

от 29.06.2026г. №12

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ Кагальницкая СОШ №1

С.А. Бабичева

Приказ от 14.08.2026г. №287

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ЭЛЕКТИВНОГО КУРСА

«Введение в психологию»

для обучающихся 11 класса основного общего образования

на 2026-2027 учебный год

Срок реализации: 1 год (34 часа)

Режим занятий: 1 час в неделю

Курс является продолжением курса «Введение в психологию» для 10 класса

Составитель:

педагог-психолог: Седова А.А.

ст. Кагальницкая 2026г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Нормативно-правовая база

Рабочая программа элективного курса «Введение в психологию» для 11 класса разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, на основе учебного плана образовательной организации и является логическим продолжением элективного курса «Введение в психологию», изученного в 10 классе.

1.2. Общая характеристика курса

Курс 11 класса углубляет и расширяет знания, полученные учащимися при изучении основ психологии личности, познавательных процессов и общения в 10 классе. Основной акцент делается на прикладных аспектах психологии: психологии межличностных и семейных отношений, конфликтологии, психологии профессионального самоопределения, а также на психологической подготовке к экзаменам и самостоятельной взрослой жизни. Курс носит практико-ориентированный характер: теоретический материал закрепляется через практикумы, диагностику, дискуссии, разбор кейсов и проектную деятельность.

1.3. Место курса в учебном плане

Курс рассчитан на 1 год обучения — 11 класс. На изучение курса отводится 1 час в неделю, всего 34 часа в год (34 учебные недели). Курс продолжает содержательную линию элективного курса «Введение в психологию» для 10 класса; предварительное прохождение курса 10 класса желательно, но не является обязательным условием.

1.4. Цель курса

Формирование у учащихся углублённых знаний о психологии личности и межличностных отношений, а также практических навыков, необходимых для осознанного профессионального выбора и успешной социальной адаптации во взрослой жизни.

1.5. Задачи курса

- систематизировать и углубить знания учащихся о структуре и мотивационной сфере личности;
- сформировать представления о психологии межличностных и семейных отношений;
- познакомить с природой конфликтов и конструктивными стратегиями их разрешения;
- сформировать готовность к осознанному профессиональному самоопределению;
- познакомить с основами психологии влияния, манипуляции и медиаграмотности;
- сформировать навыки психологической саморегуляции при подготовке к экзаменам и в стрессовых ситуациях;
- развить у учащихся навыки самостоятельного анализа жизненных ситуаций и принятия решений.

1.6. Преемственность с курсом 10 класса

Курс опирается на знания и умения, сформированные при изучении элективного курса «Введение в психологию» в 10 классе (основы психологии личности, познавательные процессы, эмоционально-волевая сфера, основы общения). В 11 классе содержание курса переходит от общих основ психологии к прикладным темам, значимым для завершения школьного обучения: психологии отношений, конфликтологии, профессиональному самоопределению и психологической подготовке к экзаменам и самостоятельной жизни.

1.7. Формы организации занятий

Лекции, беседы, дискуссии, психологические практикумы, тестирование и диагностика, ролевые игры, работа в малых группах, проектная деятельность.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Личностные результаты

- сформированность представлений об индивидуально-психологических особенностях собственной личности;
- готовность и способность к самопознанию и саморазвитию;
- осознанное, уважительное отношение к другому человеку.

Метапредметные результаты

- умение самостоятельно определять цели и составлять план действий;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность;
- владение навыками познавательной рефлексии.

Предметные результаты

По итогам освоения курса учащиеся будут:

знать:

- особенности мотивационной и ценностно-смысловой сферы личности;
- психологические особенности межличностных и семейных отношений;
- природу конфликтов и стратегии поведения в конфликтной ситуации;
- основы психологии профессионального самоопределения;
- механизмы психологического влияния и манипуляции.

уметь:

- диагностировать особенности собственной мотивационной сферы и ценностных ориентаций;
- применять конструктивные стратегии разрешения конфликтных ситуаций;
- соотносить свои интересы и способности с требованиями профессий;
- распознавать приёмы манипулятивного воздействия и противостоять им;

- применять техники саморегуляции при подготовке к экзаменам и в стрессовых ситуациях.

3. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Раздел 1. Мотивация и направленность личности (6 ч)

Мотивация и мотивы поведения человека. Потребности и их иерархия. Ценностные ориентации личности. Жизненные цели и планирование будущего. Практикум: диагностика мотивационной сферы. Практикум: постановка жизненных целей (техника SMART).

Раздел 2. Психология межличностных и семейных отношений (6 ч)

Психология межличностных отношений: симпатия, дружба, любовь. Психологические основы близких отношений. Психология семьи и семейных ролей. Ролевые ожидания в отношениях. Практикум: анализ моделей отношений. Обобщающее занятие по разделу.

Раздел 3. Конфликтология (6 ч)

Понятие и природа конфликта. Виды и причины конфликтов. Стратегии поведения в конфликте (по К. Томасу). Технологии медиации и переговоров. Практикум: разрешение конфликтных ситуаций (кейс-анализ). Профилактика конфликтов в коллективе.

Раздел 4. Психология профессионального самоопределения (6 ч)

Психологические основы профессионального самоопределения. Мир профессий и современный рынок труда. Профессионально важные качества личности. Диагностика профессиональных интересов и склонностей. Практикум: построение индивидуальной образовательной траектории. Презентация профессиональных планов.

Раздел 5. Прикладная психология: влияние и манипуляции (4 ч)

Психология влияния и убеждения. Манипуляции: распознавание и способы психологической защиты. Психология рекламы и медиапространства. Практикум: развитие критического мышления и медиаграмотности.

Раздел 6. Психологическая подготовка к экзаменам и взрослой жизни (6 ч)

Психологическая готовность к экзаменам. Техники управления стрессом перед экзаменом и во время него. Тайм-менеджмент и планирование подготовки. Психология принятия решений. Практикум: подготовка к самостоятельной взрослой жизни. Итоговое занятие: презентация индивидуальных проектов.

4. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Раздел	Кол-во часов
1	Мотивация и направленность личности	6
2	Психология межличностных и семейных отношений	6

№	Раздел	Кол-во часов
3	Конфликтология	6
4	Психология профессионального самоопределения	6
5	Прикладная психология: влияние и манипуляции	4
6	Психологическая подготовка к экзаменам и взрослой жизни	6
	Итого	34

5. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
Мотивация и направленность личности				
1	Мотивация и мотивы поведения человека	1	03.09.2026	
2	Потребности и их иерархия	1	10.09.2026	
3	Ценностные ориентации личности	1	17.09.2026	
4	Жизненные цели и планирование будущего	1	24.09.2026	
5	Практикум: диагностика мотивационной сферы	1	01.10.2026	
6	Практикум: постановка жизненных целей (SMART)	1	08.10.2026	
Психология межличностных и семейных отношений				
7	Психология межличностных отношений: симпатия, дружба, любовь	1	15.10.2026	
8	Психологические основы близких отношений	1	22.10.2026	
9	Психология семьи и семейных ролей	1	05.11.2026	
10	Рольевые ожидания в отношениях	1	12.11.2026	
11	Практикум: анализ моделей отношений	1	19.11.2026	
12	Обобщающее занятие по разделу	1	26.11.2026	
Конфликтология				
13	Понятие и природа конфликта	1	03.12.2026	
14	Виды и причины конфликтов	1	10.12.2026	
15	Стратегии поведения в конфликте	1	17.12.2026	
16	Технологии медиации и переговоров	1	24.12.2026	
17	Практикум: разрешение конфликтных ситуаций	1	14.01.2027	
18	Профилактика конфликтов в коллективе	1	21.01.2027	

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
Психология профессионального самоопределения				
19	Психологические основы профессионального самоопределения	1	28.01.2027	
20	Мир профессий и современный рынок труда	1	04.02.2027	
21	Профессионально важные качества личности	1	11.02.2027	
22	Диагностика профессиональных интересов и склонностей	1	18.02.2027	
23	Практикум: построение индивидуальной образовательной траектории	1	25.02.2027	
24	Презентация профессиональных планов	1	04.03.2027	
Прикладная психология: влияние и манипуляции				
25	Психология влияния и убеждения	1	11.03.2027	
26	Манипуляции: распознавание и психологическая защита	1	18.03.2027	
27	Психология рекламы и медиапространства	1	25.03.2027	
28	Практикум: критическое мышление и медиаграмотность	1	08.04.2027	
Психологическая подготовка к экзаменам и взрослой жизни				
29	Психологическая готовность к экзаменам	1	15.04.2027	
30	Техники управления стрессом перед экзаменом	1	22.04.2027	
31	Тайм-менеджмент и планирование подготовки	1	29.04.2027	
32	Психология принятия решений	1	06.05.2027	
33	Практикум: подготовка к самостоятельной взрослой жизни	1	13.05.2027	
34	Итоговое занятие. Презентация проектов	1	20.05.2027	
	Итого	34		

6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для учителя

1. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. — СПб.: Питер, 2011.
2. Анцупов А. Я., Шипилов А. И. Конфликтология. — М.: Юнити-Дана, 2015.
3. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения. — М.: Академия, 2010.

4. Чалдини Р. Психология влияния. — СПб.: Питер, 2020.
5. Андреева Г. М. Социальная психология. — М.: Аспект Пресс, 2016.

Для учащихся

1. Резапкина Г. В. Я и моя профессия: программа профессионального самоопределения для подростков. — М.: Генезис, 2004.
2. Прихожан А. М. Психология неудачника: тренинг уверенности в себе. — М.: Сфера, 2000.
3. Зимбардо Ф., Лайппе М. Социальное влияние. — СПб.: Питер, 2011.