

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Новосибирской области
Учредитель – Тогучинский район Новосибирской области
МБОУ Тогучинского района «Горновская средняя школа»

ПРИНЯТО
решением методического
объединения учителей
руководитель МО
Ивашкина Е.Н.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР
Сорокина С.Г.

протокол от 26.08 2026 № 1

**Рабочая программа
учебного курса**

«Введение в психологию»

(указать предмет (курс) в соответствии с учебным планом)

10 класс

(указать класс (уровень образования))

Срок освоения программы: 2026-2027 г.

(указать срок реализации)

р.п. Горный
2026-2027 учебный год

I. Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Введение в психологию» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и с учетом основной образовательной программы основного общего образования МБОУ Тогучинского района «Горновская средняя школа».

Программа курса рассчитана один год обучения: 10 класс – 34 часа.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 14.06.2022г.) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 31 мая 2021 г. № 287);
- Письмо Министерства просвещения РФ от 5 июля 2022 года НТВ-1290/03 «Информационно-методическое письмо об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Цель программы:

- приобретение учащимися знаний и умений, необходимых для выбора будущей профессии, планирования карьеры.

Задачи программы:

- осознание своих желаний и возможностей; исследование способностей, интересов, интеллектуальных и личностных особенностей;
- ознакомление с основными принципами выбора профессии;
- знакомство с содержанием массовых профессий, знакомство с особенностями современного рынка труда, пропагандирование педагогических профессий;
- формирование навыков и качеств, способствующих успешному взаимодействию в социуме;

Виды деятельности: интерактивная лекция с использованием презентаций

и научно-технических фильмов, беседа, практическое упражнение, обсуждение работ обучающихся, защита проектов, творческое задание, презентация, коллективная работа над проектом, практическая работа.

Формы контроля: практическая работа, наблюдение, опрос, защита проектов.

II. Планируемые результаты освоения курса

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения обучающимися следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

2.1 Планируемые результаты первого года обучения

Личностный результат:

- Мотивация к учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная);
- Адекватная самооценка на основе успешности учебной деятельности,
- Мотивация учебно-познавательной деятельности;
- сформированные этические чувства – доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость;
- умение осуществлять самооценку на основе критерия успешности учебной деятельности;
- сформированная мотивация учебной деятельности, понимание значения знаний для человека.

Метапредметный результат:

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы представлены тремя группами универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные универсальные учебные действия:

- соблюдает установленный порядок.
- проявляет дисциплинированность, последовательность, работать самостоятельно и в команде.
- ответственно относится к деятельности, социально-полезным делам.
- сформировано представление о нравственных формах поведения.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- умение работать в команде, учитывая позицию других людей, организовывать и планировать учебное сотрудничество, слушать и выступать, проявлять инициативу, принимать решения;
- владение речью;

Познавательные универсальные учебные действия:

- имеет представления об основных профессиях, в том числе и педагогических;

- участвует в сюжетно-ролевых играх;
- принимает ситуации взаимодействия с одноклассниками и педагогами;
- принимает помощь от сверстников, педагогов;
- учатся творчески применять знания.

Предметный результат:

- понимание необходимости осознанного выбора профессии,
- умение добывать новые знания,
- умение видеть проблему,
- умение выдвигать гипотезы,
- навыки работы над групповым проектом.

**Календарно-тематическое планирование курса
«Введение в психологию» 10 класс**

№ п/п	Тема занятия	Дата по плану	Дата по факту
1	Юношеская «Я-концепция». Знаю ли я свой возраст?		
2	Личность и ее проявления: понятие о личности		
3	Природа личности и ее формирование		
4	Направленность и способности личности: потребности, интересы, склонности, задатки.		
5	Понятие о темпераменте.		
6	Учение Гиппократ, теория Павлова.		
7	Типы темперамента.		
8	Понятие о характере. Черты характера.		
9	Практикум: «Я и моя самооценка»		
10	Практикум: «Акцентуации характера»		
11	Психология человеческих отношений		
12	Понятие общения		
13	Виды, структура и уровни общения.		
14	Психологические способы воздействия в процессе общения.		
15	Вербальные и невербальные средства общения.		
16	Язык телодвижений. Жесты и их значение.		
17	Зоны и территории общения		
18	Трансактный анализ общения. Теория Э. Берна		
19	Трудности в общении.		
20	Проблема застенчивости в общении		
21	Конфликт и способы его разрешения		
22	Практикум: «Стратегия моего общения»		
23	Межличностные отношения в малых группах.		
24	Социально -психологический портрет коллектива (классификация А.Н. Лутошкина).		
25	Виды эмоций: положительные, отрицательные, стенические, астенические.		

26	Способы выражения эмоций и чувств.		
27	Трудные состояния, их типология.		
28	Психологический стресс: что с ним делать?		
29	Упражнения для снятия стресса, приемы и методы. Релаксация.		
30	Психология мотивации. Понятие потребности. Базовые потребности человека. Иерархия потребностей. Волевая регуляция личности		
31	Мотивы. Мотивация деятельности.		
32	Содержательные и инструментальные характеристики личности		
33	Психология индивидуальных различий (практикум).		
34	Итоговое занятие. Обобщение изученного материала		

Учебно-методическое обеспечение.

Литература для учителя

1. Г.В. Селевко «Познай себя»-М.«Народное образование»,2006г
2. Г.В.Селевко,О.Ю.Соловьева«Найди свой путь»- М.«Арсенал образования»,2008г
3. Т.В. Орлова«Тесты для всех»-Киев,1994г
4. Н.И.Дереклеева, М.Ю. Савченко «Справочник классного руководителя 9-11 класс» - М. «ВАКО», 2005г
5. Т.В.Черникова«Профессиональная поддержка старшекласников»

-М.«Глобус», 2006г

6. Чистякова С.Н. «Профессиональное самоопределение и профессиональная карьера молодежи» - М. «Просвещение», 1997г
7. О.Г.Черных«Внеклассные мероприятия 9 класс»-М.«ВАКО», 2009г
8. Н.Г. Колодезнова «Классные часы 9 класс» - Волгоград «Учитель»,2007г
9. «Педагогический энциклопедический словарь» - М. «Большая Российская энциклопедия», 2003г
10. Павлова Т.В.«Профориентация старшекласников»-М.«Сфера», 2005г

Электронные ресурсы для обучающихся:

АЗБУКА ПРОФЕССИЙ И СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ	http://rodn-i-k.narod.ru/asb_prof.htm
Справочник профессий	https://www.rabotka.ru/infoworker/
Центр тестирования и развития "Гуманитарные технологии"	https://proforientator.ru/
Краткий словарь новых профессий	http://pandia.ru/text/77/166/22762.php
О профессии и специальности	http://www.proforientator.ru/profession http://rodn-i-k.narod.ru/index2.html http://www.ucheba.ru/prof/
Список самых востребованных профессий на рынке труда	http://www.proprof.ru/stati/careera/vybor-professii/statistika-i-rejtingi/vostrebovannye-professii-2020-spisok https://cashgain.ru/samye-vostrebovannye-i-vysokooplachivaemye-professii-v-rossii-spisok-list.html
Ошибки при выборе профессии	https://proforientatsia.ru/career-guidance/tipichnye-oshibki-vybora-professii/
Портал "Профориентир"	https://sites.google.com/site/proforientir86/home
Профориентация школьников	https://www.profguide.ru/proforientation-school/
Профессии по областям деятельности	http://ntagil.uralstudent.ru/professii/
Все колледжи России	http://www.vsekolledzhi.ru/kolledzh/city/ekaterinburg/specialnost/
Кем стать	http://www.lookatme.ru/mag/how-to/jobs/

Интернет-ресурсы

1. <http://www.edu.ru/abitur/act.15/index.php><http://kurganlib.ru/проект-по-профориентации/nsportal.ru/Школа/Технология>.../internet-resursy-po...
2. <http://nsportal.ru/shkola/tekhnologiya/library/2014/04/10/internet-resursy-po-proforientatsiyiifestival.1september.ru/articles/591>

