

частное общеобразовательное учреждение  
«Самарская классическая гимназия Кириллица»  
(ЧОУ «СКГ Кириллица»)

РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей  
основного и среднего общего  
образования

 /Т.В. Кожухова/

Протокол №1 от «18» июля 2025г.

СОГЛАСОВАНО

Заместителем директора по  
УР

 Ю.А.Нефедова/

Приказ №1 от «21» июля 2025г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ЧОУ «СКГ  
Кириллица»

 /прот. А.В. Зуев/

Приказ №1 от «21» июля 2025г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 6890846)

элективного курса «Психология человека»

Уровень: среднее общее образование

Классы: 10-11

Составитель: учителя основного и  
среднего образования

Самара 2025

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА "Психология человека"

В настоящее время психология начинает занимать все более заметное место в общей культуре страны. Научная и практическая психология представлены во всех областях общественной жизни – политической, экономической, производственной, социальной, юридической.

Первостепенные ценности гуманизма, чрезвычайно важные в современном мире, основаны на психологических законах общения, взаимодействия людей, их личности и индивидуальности. Всеми этими причинами обусловлена актуальность курса «Психология человека» в старшей школе, ведь необходимость психологического образования со школьных лет отвечает интересам современного общества и вытекает из потребностей общественной жизни.

Элективный курс «Психология человека» для 10–11 классов выполняет роль развивающего предмета, основу которого составляет психологические знания: о самом себе, об окружающей социальной среде, о структуре и функциях общения, о правилах поведения в конфликтных ситуациях, об условиях и технологиях эффективной коммуникации.

### ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА "Психология человека"

**Цель** курса – формирование педагогических компетенций:

- развитие навыков коммуникации и сотрудничества
- развитие навыков социального проектирования и командной работы
- осознанное профессиональное самоопределение
- опыт профессиональных проб в социальной сфере деятельности

Также знакомство с инструментами психологии, педагогики и социологии для профессиональной и личной успешности.

**Задачи:**

- мотивировать обучающихся на самопознание и развитие своих способностей;
- развивать мотивы профессионального выбора и потребность в профессиональном самоопределении посредством формирования целостного представления о педагогической деятельности;

- создавать условия для анализа обучающимися требований к профессиональной педагогической деятельности, к профессионально значимым качествам личности педагога;
- способствовать осмыслению специфики педагогической профессии;
- развивать умения конструктивного педагогического общения, саморегуляции поведения и деятельности, способность работать в команде;
- создавать условия для проектирования обучающимися стратегии профессионального и личностного саморазвития.

## МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА "Психология человека" В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Курс предназначен для обучающихся 10-11 классов. Специфической особенностью данной дисциплины выступает ее ориентированность на развитие личности старшеклассников в ответственный период социального взросления, формирование у них социальной компетентности, нравственной культуры, познавательных интересов, развитие способности к творчеству.

Программа курса рассчитана на два года обучения –68 часов. На изучение I-й части курса отводится по 1 часу в неделю в 10 классе – 34 часа (34 учебные недели). На изучение II-й части курса отводится по 1 часу в неделю в 11 классе 34 часа (34 учебные недели)

# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА "Психология человека"

## 10 КЛАСС

### **1 Я – человек. Кто я?**

Индивидуальная работа «Я сам о себе» и/или «Я глазами других людей». Проблематизация. Психология практическая и научная. Методы научной и практической психологии.

### **2 Что такое психика и как она устроена**

Психика как особое образование, существующее у животных и человека. Механизмы психики. Психические явления. Нужда и потребность. Как возникают потребности? Как потребности начинают диктовать стратегию активности? Откуда берутся цели активности животного и человека? Место эмоций в схеме поведения животного и человека. Кто думает: мозг или человек (животное)? Интеллектуальное поведение животных. Психологическое изучение животного и человека. Познаваема ли психика? Что имеют в виду, когда говорят о развитии психики?

### **3 Как работает сознание**

Когда мы говорим, что человек обладает сознанием? Деятельность и сознание. Неосознаваемые процессы в психической активности человека, их природа и проявления. Синонимичны ли термины подсознательно, бессознательно, неосознанно... Механизмы психологической защиты. Защитное поведение. Что можно считать нарушением психики? Человек знает больше, чем может об этом сказать. Как формируются образы сознания? Психологические образования, определяющие принадлежность к роду человеческому.

### **4 «Человек привычки»**

«Привычка свыше нам дана ...» или о чем написал поэт? Управление поведением как управление образами нашего сознания. «Человек привычек» как сила, которая нами управляет. Сколько у человека привычек? Вредные и полезные привычки. Кому и зачем нужны вредные привычки? Привычки общения: о стереотипах и аттитюдах в восприятии людьми друг друга. Выявление ресурсов коммуникации и коммуникативных барьеров – собой или ...? Как происходит отучивание от привычек? Конструктивное и защитное поведение.

### **5 «Человек воли»**

Высшая психическая функция как функциональный орган человека (А.А. Ухтомский, Н.А. Бернштейн, П.К. Анохин). Воля умная и тупая. Как мы научаемся управлять собою и другими людьми. Насильственное и

ненасильственное управление. Насилие явное и скрытое. Слабоволие и способы его понимания или о чем мы спрашиваем, задавая вопрос: «У тебя есть сила воли?» Сила воли как способность управлять своим умом.

### **6 «Человек нравственный»**

Человек как индивид, как субъект, как индивидуальность и как личность. Зачем так много слов? Быть или не быть личностью? Что такое нравственный выбор? «Хороший человек с плохим характером» – кто это? Личность и подвиг. Личность и нравственное подвижничество.

### **7 Защита итоговых индивидуальных работ на тему «Я – человек. Кто я?»**

Определение образовательных достижений в освоении материала учебного курса; работа со словарем – термины психологии. феноменология общения «по привычке». Как быть с плохими привычками: борьба с самим

## **11 КЛАСС**

### **1 Возрасты жизни человека.**

Хронотоп жизни человека. Периоды (возрастные ступени) жизненного цикла: научный подход к определению возраста. Нужно ли обычному человеку знание периодизации развития. Чем измеряется возраст людей, живущих в различные исторические эпохи, в различных формациях? Возраст биологический и психологический. Как понимать переходы от одного возраста к другому? Для чего в племени (общине) устраивается инициация?

### **2 Люди обычные и необычные: одаренность, умственное инобытие, расстройства поведения.**

От чего зависит развитие ребенка. Физиологическое созревание и целенаправленное воспитание: что важнее. Психологически гармонический путь развития. Гении, одаренные, «умственно отсталые»: кто они. Чем человек наделен от природы и что формируется в нем малыш превращается в «трудного ребенка». Может ли «трудный» стать «девиантом». Девиантное поведение человека, научное объяснение его природы. Что известно об умственной отсталости, как понимать умственное инобытие.

### **3 Подросток в книге и жизни.**

Что известно о подростке? Гормональный бунт подросткового возраста: о чем говорят физиологи. Психологический потенциал подростка: итоги предыдущих этапов развития. Задачи возраста: почему самоопределение становится проблемой. Потребность в смысле жизни и жизненная перспектива. Я - вчера», Я – сегодня, Я – завтра: привычка «обдумывать

свое житье». Как научиться рефлексии. Подросток глазами взрослых людей и подросток сам о себе: о чем рассказывают самоописания. Личные границы человека в отношениях с другими. Чем определяются психологические границы

подростка в отношениях с Миром. Управляемость поведения в подростковом возрасте. Тренинг управления чувствами и эмоциями.

#### **4 Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совпадение с ними.**

«VUCA-мир» как метафора современной жизни. Виртуальная реальность – продукт культурного развития человека. Электронный мир: современная трактовка искусственной реальности жизни. Ценности цифровой эпохи. «Цифровой разрыв» между родителями и детьми. Проблема межпоколенческих отношений. «Цифровой образ жизни» современного подростка. «Цифровые аборигены»: мифы и реальность. Становятся ли современные дети умнее или глупее предыдущего поколения. Безопасность как потребность человека. Риски, угрозы и опасности онлайн-среды и совладание с ними. Индивидуальное восприятие риска.

#### **5 Защита итоговых индивидуальных работ.**

Определение образовательных достижений в освоении материала учебного курса; работа со словарем – терминами курса «Психология человека» за 10-11 классы.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- опыт самоопределения в жизненной перспективе, определения иерархии целей, реалистичности намерений и др.;
- опыт построения рефлексивного отношения к действительности психологического содержания;
- умение замечать и признавать расхождение в декларации целей личного действия и реальных результатах, опыт ответственного отношения к индивидуальной активности;
- обретение привычки «обдумывать свое житье», опыт ценностного отношения к саморефлексии в пространстве межперсонального взаимодействия;
- опыт формулирования (публикации) личной позиции в контексте общегрупповой дискуссии психологического содержания.

### МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- умение вычитывать научный текст психологического содержания;
- умение схематизировать соотношение психологических понятий, объясняющих природу внутреннего мира человека, закономерности его развития и обучения;
- умение использовать готовые знаковые средства (графики, диаграммы, таблицы, схемы и др.) для иллюстрации, интерпретации, аргументации собственной позиции в общегрупповой дискуссии психологического содержания;
- умение планировать и осуществлять деятельность, направленную на решение задач исследовательского характера (сопоставлять намеренность активности с ее ожидаемым результатом и характером средств, выбранных для реализации замысла в ситуации);
- умение применять индуктивные и дедуктивные способы рассуждений в анализе психологической реальности активности человека;
- умение формулировать аргументированное объяснение психологического содержания активности человека, в т.ч. собственной;
- получение опыта работы в команде в ситуации разработки проекта психологического содержания, конструирование опыта рефлексивного отношения к групповой работе, к личному вкладу в общий результат.

### ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

## 10 КЛАСС

- опыт различения житейского и научного толкования внутреннего мира человека на основе заданных критериев дифференциации;
- получение знания о способах изучения поведения (активности) человека в проекции различных психологических подходов, о специфике проектирования средств вмешательства в активность человека в случае необходимости;
- получение знания о родовых способностях человека, их природе, способах освоения в процессе развития и социализации;
- опыт объективации и конструирования Я-концепции, проектирования перспективы самоопределения.
- опыт различения утилитарно-вещного отношения к человеку как носителю набора полезных качеств и нравственного отношения к человеку;
- умение формулировать аргументированные суждения, объясняющие психологическую природу различных форм активности человека;
- умение оценивать ситуации межперсональных контактов с различных точек зрения, определять природу противоречий, затрудняющих продуктивный характер коммуникаций;
- умение проектировать условия и средства продуктивной коммуникации в контексте учебной деятельности.

## 11 КЛАСС

- опыт различения житейского и научного толкования внутреннего мира человека на основе заданных критериев дифференциации;
- получение знания о способах изучения поведения (активности) человека в проекции различных психологических подходов, о специфике проектирования средств вмешательства в активность человека в случае необходимости;
- получение знания о родовых способностях человека, их природе, способах освоения в процессе развития и социализации;
- опыт объективации и конструирования Я-концепции, проектирования перспективы самоопределения.
- опыт различения утилитарно-вещного отношения к человеку как носителю набора полезных качеств и нравственного отношения к человеку;
- умение формулировать аргументированные суждения, объясняющие психологическую природу различных форм активности человека;

- умение оценивать ситуации межперсональных контактов с различных точек зрения, определять природу противоречий, затрудняющих продуктивный характер коммуникаций;
- умение проектировать условия и средства продуктивной коммуникации в контексте учебной деятельности.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
10 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Я – человек. Кто я?	5			<a href="https://rutube.ru/plst/622220/">https://rutube.ru/plst/622220/</a>
2	Что такое психика и как она устроена	7			<a href="https://videouroki.net/video/01-cto-takoe-psihologiya-274.html">https://videouroki.net/video/01-cto-takoe-psihologiya-274.html</a>
3	Как работает сознание	6			<a href="https://vk.com/video-45873308_456239215">https://vk.com/video-45873308_456239215</a>
4	«Человек привычки»	5			
5	«Человек воли»	5			<a href="https://vk.com/video-226368402_456239027">https://vk.com/video-226368402_456239027</a>
6	«Человек нравственный»	3			<a href="https://interneturok.ru/article/leksiya-po-psihologii">https://interneturok.ru/article/leksiya-po-psihologii</a>
7	Чему мы научились	3			
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	0	0	

## 11 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Возрасты жизни человека	5			<a href="https://rutube.ru/plst/622220/">https://rutube.ru/plst/622220/</a>
2	Люди обычные необычные: одаренность и умственное инобытие	6			<a href="https://videouroki.net/video/01-chno-takoe-psiologiya-274.html">https://videouroki.net/video/01-chno-takoe-psiologiya-274.html</a>
3	Подросток в книге и в жизни	12			<a href="https://rutube.ru/plst/622220/">https://rutube.ru/plst/622220/</a>
4	Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы совладание с ними	9			<a href="https://interneturok.ru/article/leksi-po-psiologii">https://interneturok.ru/article/leksi-po-psiologii</a>
5	Защита итоговых индивидуальных работ	2			
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	0	0	

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 10 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	«Я-человек. Кто я?». Тема: «Введение»	1				
2	«Я-человек. Кто я?». Тема: «Я в мире»	1				
3	«Что такое психика и как она устроена». Тема: «Грани психического»	1				
4	«Что такое психика и как она устроена». Тема: «Психика человека и психика животного»	1				
5	«Что такое психика и как она устроена». Тема: «Интеллектуальное поведение животных».	1				
6	«Что такое психика и как она устроена». Тема: «Психические процессы и функции»	1				
7	«Что такое психика и как она устроена». Тема: «Высшие психические функции»	1				
8	«Что такое психика и как она устроена». Тема: «Психические процессы и функции».	1				
9	«Что такое психика и как она устроена». Тема: «Нужда и	1				

	потребность».					
10	«Что такое психика и как она устроена». Тема: «Эмоции, чувства и ощущения».	1				
11	«Что такое психика и как она устроена». Тема: «Развитие психики».	1				
12	«Как работает сознание». Тема: «Бытие и сознание»	1				
13	«Как работает сознание» Тема: «Три уровня сознания»	1				
14	«Как работает сознание» Тема: «Психологические защиты»	1				
15	«Как работает сознание» Тема: «Я в структуре самосознания»	1				
16	«Человек привычки». Тема: «Привычка свыше нам дана ...»	1				
17	«Человек привычки». Тема: «Привычка и поведение».	1				
18	«Человек привычки». Тема: «Привычки общения»	2				
19	«Человек привычки». Тема: «Полезные и вредные привычки».	1				
20	Тема: «Привычка как способ работы над собой».	1				
21	«Человек воли». Тема: «Воля и психика»	1				
22	«Человек воли». Тема: «Человек и воля»	2				

23	Тема: «Сила воли»	2				
24	«Человек воли». Тема: «Воля, как способ управления людьми».	1				
25	«Человек нравственный». Тема: «Человек как индивид, как субъект, как индивидуальность и как личность».	2				
26	«Человек нравственный». Тема: «Быть личностью»	1				
27	«Человек нравственный». Тема: «Хороший человек с плохим характером – кто это?»	1				
28	«Человек нравственный». Тема: «Личность и подвиг»	1				
29	Защита итоговых индивидуальных работ на тему «Я – человек. Кто я?»	2				
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	0	0		

## 11 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	«Возрасты в жизни человека». Тема: «Введение»	1				
2	«Возрасты в жизни человека». Тема: «Тема возраста в истории человечества»	2				
3	«Возрасты в жизни человека». Тема: «Возраст биологический и психологический»	1				
4	«Возрасты в жизни человека». Тема: «Возрастные кризисы»	3				
5	«Люди обычные и необычные: одаренность, умственное инобытие, расстройства поведения» Тема: «Одаренность»	2				
6	«Люди обычные и необычные: одаренность, умственное инобытие, расстройства поведения» Тема: «Особые образовательные потребности или Умственное инобытие»	3				
7	«Люди обычные и необычные: одаренность, умственное инобытие,	2				

	расстройства поведения» Тема: «Различия в поведении»					
8	«Люди обычные и необычные: одаренность, умственное инобытие, расстройства поведения» Тема: «Гармоничный путь развития или Нормальность»	2				
9	«Подросток в жизни и книге». Тема: «Классические знания о подростковом возрасте»	1				
10	«Подросток в жизни и книге». Тема: «Особенности возраста»	1				
11	«Подросток в жизни и книге». Тема: «Потребность в смысле жизни и жизненная перспектива».	1				
12	«Подросток в жизни и книге». Тема: «Психологический потенциал подростка»	1				
13	«Подросток в жизни и книге» Тема: «Потенциал подростка»	2				
14	«Подросток в жизни и книге» Тема: «Подросток глазами взрослых людей и подросток сам о себе»	1				
15	«Подросток в жизни и книге» Тема: «Личные границы человека в отношениях с другими».	1				

16	«Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними» Тема: «Современные гаджеты	1				
17	«Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними». Тема: «Электронный мир и виртуальная реальность»	1				
18	«Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними». Тема: «Цифровая жизнь: польза или вред для человека?»	1				
19	«Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними». Тема: «Ценности новой эпохи»	1				
20	Тема: «Мифы и реальность».	1				
21	«Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними». Тема: «Риски эпохи компьютеризации»	1				
22	«Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними». Тема: «Проблема межпоколенческих отношений».	1				
23	«Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними». Тема: «Безопасность как потребность человека»	1				

24	«Цифровой образ жизни современного человека: риски, угрозы и совладание с ними» Тема: «Совладание с угрозами интернета».	1				
25	Защита итоговых индивидуальных работ на тему «Мое будущее.»	1				
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	0	0		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 500683265192151047131792809664553389447852737344

Владелец прот. Зуев Андрей Викторович

Действителен с 31.07.2025 по 31.07.2026

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849261

Владелец прот. Зуев Андрей Викторович

Действителен с 14.08.2025 по 14.08.2026