

Краснодарский край
муниципальное образование Крымский район
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 45
поселка Саук-Дере
муниципального образования Крымский район

Утверждено
Решением педагогического совета
от 30 августа 2022 года протокол №1
Председатель педсовета
_____ Н.А. Ярославцева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

элективные занятия по психологии
«Основы психологии и педагогики»
(указать предмет, курс, модуль)

Класс **10 «А»**

Учитель **Рогозина Вика Александровна**

Количество часов: всего **34** часа; в неделю **1** час;

Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования и на основе примерной основной образовательной программы основного общего образования, а также Рабочей программе основного общего образования «Основы психологии для старшеклассников», Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В.. Пособие для педагога: В 2 частях – М. : Гуманит, издательский центр ВЛАДОС, 2020.

Пояснительная записка.

Рабочая программа индивидуальных и групповых занятий «Основы психологии и педагогики» для 10 классов разработана на основе программы «Основы психологии для старшеклассников», Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В.: Пособие для педагога: В 2ч.-М.:Гуманит, изд.центр ВЛАДОС, 2003.

Цели и задачи.

Психология является структурообразующей, фундаментальной научной дисциплиной для системы педагогического образования. Любые знания создает, сохраняет, воспроизводит, принимает только реальный живой человек, его конкретная психика. Поэтому чем больше у человека знаний о психике, чем грамотнее учитывается в образовательном процессе ее феноменология, закономерности и механизмы, тем эффективнее будет целенаправленный учебный процесс в школе и вузе, в будущей профессиональной деятельности подростков. Образование, как образование человека, без психологии немислимо.

Выполнение программы индивидуальных и групповых занятий рассчитано на один год обучения, из расчета 1 час в неделю. Итого 34 часа.

Цели.

1. Освоение учащимися фундаментальных понятий психологии и педагогики, изучение основных теоретических аспектов и подходов психологии, выявление проблем дисциплины и формирование умений осуществлять поиск способов их решения.
2. Формирование гуманистического мировоззрения и психологической культуры учащихся.

Задачи.

1. Раскрыть содержание психического облика и индивидуально-психологических особенностей человека.

2. Способствовать пробуждению, сохранению или развитию интереса к психологии, желания работать с детьми как будущий педагог, умения создавать благоприятные условия для их когнитивного развития и их личностного роста.

3. Освоение нормативной лексики.

4. Формирование у учащихся представлений о фактах и общих закономерностях психики.

5. Развитие способностей к сравнительному анализу различных подходов к изучению психических и психологических феноменов; создание установки на перенос полученных в процессе обучения знаний в практическую психолого-педагогическую деятельность.

6. Сформировать представления о методах научного исследования в психологии.

7. Создать у учащегося целостное представление о человеке как о развивающейся личности, индивидуальности, субъекте жизнедеятельности.

8. Выработать личностное отношение к профессиональной деятельности педагога.

Требования к уровню освоения программы индивидуальных и групповых занятий.

Учащиеся должны знать:

– методологические основы современной отечественной и зарубежной психологии

– характеристику психологии как науки;

– основные психологические факты и их интерпретацию;

– методы психологического исследования;

– знать основные категории и понятия научной психологии;

– знать основные направления, подходы, теории в психологии и современные тенденции развития психологических концепций;

– иметь представление об индивидуальных особенностях человека, эмоционально-волевой регуляции его поведения, мотивационной сфере, самосознании, познавательных процессах и личностном росте в целом;

- об особенностях сознания как высшей формы психической жизни;
- об основных закономерностях функционирования психики;

Учащиеся должны уметь:

- научно обосновывать собственную позицию при анализе психологических фактов;
- диагностировать различные психологические признаки и правильно обрабатывать, интерпретировать полученные результаты;
- анализировать собственный личностный рост;
- давать рефлексивную оценку собственному поведению;
- научно обосновывать собственную позицию при анализе психологических фактов;
- различать психологические и непсихологические тексты, критически работать с литературой;
- вести научную дискуссию;
- использовать понятийный аппарат психологии;
- использовать научный язык различных психологических школ;
- организовывать и планировать психологический эксперимент;
- применять психологические методы (эксперимент, наблюдение, беседа, анализ продуктов деятельности, некоторые тесты) и интерпретировать результаты в исследовательских целях; моделировать свое будущее;
- принимать решения;
- делать выбор и нести за него ответственность;
- отстаивать свои права, уважая интересы других людей.

В результате освоения программы учащиеся должны иметь общие представления об истории психологии и педагогики; методологических основ современной отечественной и зарубежной психологии; характеристике психологии как науки; понятии педагогической культуры: сущности, содержании и путей её формирования.

У учащихся к концу первого года обучения должен быть сформирован возрастающий интерес к профессии педагога-психолога.

При реализации программы индивидуальных и групповых занятий «Основы психологии и педагогики» используются фронтальные, групповые и индивидуальные формы работы с учащимися, метод проектов.

СОДЕРЖАНИЕ

10 класс

Раздел «Познавательные процессы, способности»

Внимание. Виды, свойства и функции внимания. Условия, поддерживающие произвольное и непроизвольное внимание. Развитие внимания.

Память, ее социально-историческая природа, ее виды, типы, качества. Процессы памяти. Запоминание, сохранение, воспроизведение, забывание информации. Теории, механизмы и законы памяти. Формирование и развитие памяти. Индивидуальные различия памяти. Мнемотехнические приемы.

Мышление. Виды мышления. Мыслительные операции. Пути развития и активации мышления.

Способности. Интеллект. Условия развития способностей. Измерение интеллекта.

Творческие способности. Креативность. Взаимосвязь креативности и интеллекта. Сущность креативности. Развитие творческих способностей.

Мозг и психика. Межполушарная асимметрия мозга. Строение мозга. Локализация высших психических функций в коре головного мозга. Функции правого и левого полушария.. Специализация полушарий.. Влияние межполушарной асимметрии на эмоциональную жизнь человека. «Правополушарное» и «левополушарное» мышление. Нарушение синхронной работы полушарий. Доминирование полушарий («левши» и «правши»).

Раздел «Личность»

Психоаналитическая теория личности (З. Фрейд). Индивидуум и личность. Структура личности. Цели и ценности. Теория личности Зигмунда Фрейда. Сознательное и бессознательное. Структура личности: Ид, Его, Суперэго. Энергетическая модель психики по Фрейду. Практическое применение психоанализа.

Индивидуальная теория личности (А.Адлер). Основные понятия теории Адлера. Комплекс неполноценности и стремление к превосходству. Социальный интерес и стиль жизни. Типы личности по Адлеру. Концепция творческого «Я». Влияние порядка рождения на формирование стиля жизни. Фиктивные цели.

Бихевиоризм. Личность и поведение с точки зрения бихевиоризма. Стимул, реакция и обслуживание. Оперантное обслуживание. Социальное научение.

Гуманистическая теория личности (А. Маслоу). Основные принципы гуманистической психологии. Концепции становления. Признание приоритета творческой стороны личности человека. Мотивация. Иерархия потребностей. Главные виды потребностей по А. Маслоу. Самоактуализация.

Темперамент. Психодинамические особенности темперамента. Проявление темперамента в разных сферах психики. Учение о типах нервной системы. Типы темпераментов. Каждый темперамент имеет свои преимущества. Проявление качеств личности в зависимости от темперамента. Особенности трудовой и учебной деятельности в зависимости от типа темперамента. Проявление типов темпераментов в общении.

Характер. Понятие характер. Связь характера и темперамента. Соотношение характера и личности

Самосознание. «Я - концепция». Процесс самосознания и «Я - образ». «Я - концепция» и ее составляющие. Когнитивная составляющая «Я - концепции» (самопонимание). Оценочная составляющая «Я - концепции» - самооценка. Особенности поведения людей в зависимости от характера самооценки. Источники формирования самооценки. Поведение составляющая «Я – концепции».

Самоотношение. Самоуважение. Преимущества высокого уровня самоуважения. Самоуважение и любовь к себе. Права человека, которые поддерживают уверенность в себе.

Эмоции и чувства. Роль чувств в жизни человека. Формы переживания чувств. Эмоции. Аффекты. Настроение. Чувства. Виды эмоций. Связь эмоций с психическими процессами.

Любовь. Любовь в жизни человека. Разные стороны чувства любви. Выбор «предмета любви».

Экология любви. Две модели любви. Характер отношений между любящими людьми. «Разрушители» любви. Признаки насилия в отношениях. Разрыв отношений.

Дружба. Особенности юношеской дружбы. Факторы, влияющие на зарождение дружбы и дружеское расположение.

Раздел «Саморегуляция»

Стресс. Влияние стресса и дистресса на организм и психику человека; пути выработки адаптивной стратегии поведения в стрессовых ситуациях. Преодоление последствия стресса.

Саморегуляция. Понятие «Психологическая саморегуляция», методы саморегуляции эмоциональных состояний (аутогенная тренировка, релаксация, самовнушение, ресурсное состояние).

Профилактика аддиктивного поведения. Профилактика аддиктивного поведения. Вредные привычки. Формирование алкогольной зависимости.

Позитивное мышление. Влияние образа мыслей на жизнь человека.

Раздел «Возрастная психология»

Психологические особенности развития ребенка. Общие вопросы возрастной психологии. Психологические особенности развития ребенка: период младенчества, возраст от 1 до 3 лет- раннее детство, дошкольное детство – период от 3 до 7 лет, младший школьный возраст (от 7 до 11 лет), важность формирования позитивного самоотношения, принципы позитивного воспитания.

Подростковый возраст. Особенности развития личности подростка. Причины возникновения подростковых характерологических реакций.

Юность. Особенности развития личности, формирование мировоззрения и в ранней юности. Моделирование будущего.

Раздел «Педагогическое мастерство»

Мастерство педагогического общения. Общение и коммуникация. Сущность педагогического общения и педагогической коммуникации. Функции и структура педагогического общения. Стили общения педагога. Общение: наука, искусство.

Педагогическая этика. Педагогическая этика как элемент педагогического мастерства. Педагогический такт. Педагогическое разрешение конфликта.

Тематическое планирование

10 класс

№п/п	Название темы	Кол-во часов
1.	Вводное занятие	1
2.	Предмет психологии. История развития психологии.	1
Раздел «Познавательные процессы, способности»		
3.	Внимание.	1
4.	Память.	1
5.	Мышление.	1
6.	Способности. Интеллект.	1
7.	Творческие способности. Креативность.	1
8.	Мозг и психика. Межполушарная асимметрия мозга.	1
9.	Итоговая работа по разделу «Познавательные процессы, способности».	1
Раздел «Личность»		
10.	Психоаналитическая теория личности (З. Фрейд).	1
11.	Индивидуальная теория личности (А.Адлер).	1
12.	Бихевиоризм.	1
13.	Гуманистическая теория личности(А. Маслоу).	1
14.	Итоговая работа по первой части раздела «Личность».	1
15.	Темперамент.	1
16.	Характер.	1
17.	Самосознание. «Я - концепция».	1
18.	Самоотношение.	1
19.	Эмоции и чувства.	1
20.	Любовь Экология любви..	1

21.	Дружба.	1
22.	Итоговая работа по разделу «Личность».	1
Раздел «Саморегуляция»		
23.	Стресс.	1
24.	Саморегуляция.	1
25.	Профилактика аддитивного поведения.	1
26.	Позитивное мышление.	1
27.	Итоговая работа по разделу «Саморегуляция».	1
Раздел «Возрастная психология»		
28.	Психологические особенности развития ребенка.	1
29.	Подростковый возраст.	1
30.	Юность.	1
31.	Итоговая работа по разделу «Возрастная психология».	1
Раздел «Педагогическое мастерство»		
32.	Мастерство педагогического общения	1
33.	Педагогическая этика	1
34.	Профессиональная компетентность педагога.	1
	Итого	34

Календарно-тематическое планирование

10 класс

	№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Кол-во часов	Даты проведения		Материально- техническое оснащение	Универсальные учебные действия (УУД), проекты, Икт-компетенции, межпредметные понятия
				План	Факт		
		I четверть				Электронное сопровождение, компьютер, экспозиционный экран, мультимедийный проектор, документ камера, плакаты.	<i>Регулятивные УУД-</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Определять и формулировать цель деятельности с помощью педагога. ● Учиться высказывать свое предположение. <i>Познавательные УУД-</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Ориентироваться в своей системе знаний. ● Учиться добывать новые знания, находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт, информацию, полученную от педагога. <i>Коммуникативные УУД-</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Учиться выражать свои мысли. ● Учиться объяснять свое несогласие и пытаться договариваться.
1.	1.	Вводное занятие. Знакомство детей с педагогом и группой.	1	1.09			
2.	2.	Предмет психологии. История развития отрасли психологии. Какой Ты психолог?	1	8.09			
		Раздел «Познавательные процессы, способности»					
3.	3.	Внимание. Практическая работа.	1	15.09			
4.	4.	Память. Практическая работа.	1	22.09			
5.	5.	Мышление. Обобщение по разделу «Способности». Практическая работа.	1	29.09			
6.	6.	Способности. Интеллект. Итоговая работа по разделу «Познавательные процессы». Практическая работа.	1	6.10			
7.	7.	Творческие способности. Креативность. Практическая работа.	1	13.10			
8.	8.	Мозг и психика. Межполушарная асимметрия мозга. Обобщение по разделу «Способности».	1	20.10			

		Практическая работа.				
9.	9.	Итоговая работа по разделу «Познавательные процессы, способности». Практическая работа.	1	27.10		<ul style="list-style-type: none"> • Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика). Овладеть навыками сотрудничества в группе в совместном решении учебной задачи. <i>Регулятивные УУД-</i> • Определять и формулировать цель деятельности с помощью педагога. • Проговорить последовательность действий. • Учиться высказывать свое предположение. • Учиться работать по предложенному учителем плану. • Учиться отличать верно выполненное задание от неверного. <p>Учиться совместно с педагогом и учениками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.</p>
		II четверть				Электронное сопровождение, компьютер,
		Раздел «Личность»				
10.	1.	Психоаналитическая теория	1	10.11		

		личности (З. Фрейд). Практическая работа.				экспозиционный экран, мультимедийный проектор, документ камера, плакаты.	<p>цель деятельности с помощью педагога.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Проговорить последовательность действий. • Учиться высказывать свое предположение. • Уметь обсуждать свои впечатления и анализировать информацию, полученную путем прохождения тестовых заданий. <p><i>Познавательные УУД-</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ориентироваться в своей системе знаний. • Отличать новое от уже известного с помощью учителя. • Познакомиться с основными положениями психоанализа, изучить представление о роли бессознательного в структуре личности и некоторые приемы психоанализа. <p><i>Коммуникативные УУД-</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учиться выражать свои мысли. Выстроить своё поведение на уроках психологии, научиться давать оценку своему внутреннему
11.	2.	Индивидуальная теория личности (А.Адлер). Практическая работа.	1	17.11			
12.	3.	Бихевиоризм. Обобщение по разделу Практическая работа.	1	24.11			
13.	4.	Гуманистическая теория личности (А. Маслоу). Практическая работа.	1	1.12			
14.	5.	Итоговая работа по первой части раздела «Личность».	1	8.12			
15.	6.	Темперамент. Практическая работа.	1	15.12			
16.	7.	Характер. Практическая работа.	1	22.12			

						<p>состоянию, получить информацию о себе из тестовых заданий.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Знать одно из наиболее известных в мире направлений психотерапии: психоанализ. <p><i>Регулятивные УУД-</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Определять и формулировать цель деятельности с помощью педагога. • Уметь анализировать и регулировать некоторые аспекты своего поведения. • Уметь развивать логическое мышление. • Учиться высказывать свое предположение. <p>Знать факторы, влияющие на развитие способностей, способы измерения интеллекта. Знать определение творчества. Уметь применять тестовые методики практически. Отработать приемы активизации мыслительной деятельностью Знать различия функций правого и левого полушария.</p>
		III четверть				<p>Электронное</p> <p><i>Регулятивные УУД-</i></p>

17.	1.	Самосознание. «Я - концепция».	1	12.01	сопровождение, компьютер, экспозиционный экран, мультимедийный проектор, документ камера, плакаты.	<ul style="list-style-type: none"> • Определять и формулировать цель деятельности с помощью педагога. • Проговорить последовательность действий. • Учиться высказывать свое предположение. • Уметь обсуждать свои впечатления и анализировать информацию, полученную путем прохождения тестовых заданий. 	
18.	2.	Самоотношение. Практическая работа.	1	19.01			
19.	3.	Эмоции и чувства. Практическая работа.	1	26.01			
20.	4.	Любовь Экология любви. Практическая работа.	1	2.02			
21.	5.	Дружба. Практическая работа.	1	9.02			
22.	6.	Итоговая работа по разделу «Личность». Практическая работа.	1	16.02			
		Раздел «Саморегуляция»					
23.	7.	Стресс. Практическая работа.	1	22.02			
24.	8.	Саморегуляция. Практическая работа.	1	2.03			
25.	9.	Профилактика аддитивного поведения. Практическая работа.	1	9.03			
26.	10.	Позитивное мышление. Обобщение по разделу «Саморегуляция».	1	16.03		<ul style="list-style-type: none"> • Ориентироваться в своей системе знаний. • Отличать новое от уже известного с помощью учителя. • Познакомиться с основными положениями психоанализа, изучить представление о роли бессознательного в структуре личности и некоторые приемы психоанализа. <p><i>Коммуникативные УУД-</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учиться выражать свои мысли. Выстроить своё поведение на уроках психологии, научиться давать 	

						<p>оценку своему внутреннему состоянию, получить информацию о себе из тестовых заданий.</p> <ul style="list-style-type: none">• Знать одно из наиболее известных в мире направлений психотерапии: психоанализ. <p><i>Регулятивные УУД-</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Определять и формулировать цель деятельности с помощью педагога.• Уметь анализировать и регулировать некоторые аспекты своего поведения.• Уметь развивать логическое мышление.• Учиться высказывать свое предположение. <p>Знать факторы, влияющие на развитие способностей, способы измерения интеллекта. Знать определение творчества. Уметь применять тестовые методики практически. Отработать приемы активизации мыслительной деятельностью Знать различия функций правого и левого полушария.</p>
--	--	--	--	--	--	---

IV четверть					Электронное сопровождение, компьютер, экспозиционный экран, мультимедийный проектор, документ камера, плакаты.	<p><i>Регулятивные УУД-</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Определять и формулировать цель деятельности с помощью педагога. • Проговорить последовательность действий. • Учиться высказывать свое предположение. • Уметь обсуждать свои впечатления и анализировать информацию, полученную путем прохождения тестовых заданий. <p><i>Познавательные УУД-</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ориентироваться в своей системе знаний. • Отличать новое от уже известного с помощью учителя. • Познакомиться с основными положениями психоанализа, изучить представление о роли бессознательного в структуре личности и некоторые приемы психоанализа. <p><i>Коммуникативные УУД-</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Учиться выражать свои мысли. Выстроить своё поведение на уроках
27.	1.	Итоговая работа по разделу «Саморегуляция». Практическая работа.	1	6.04		
Раздел «Возрастная психология»						
28.	2.	Психологические особенности развития ребенка. Практическая работа.	1	13.04		
29.	3.	Подростковый возраст. Практическая работа.	1	20.04		
30.	4.	Юность. Практическая работа.	1	27.04		
31.	5.	Итоговая работа по разделу «Возрастная психология».	1	4.05		
Раздел «Педагогическое мастерство»						
32.	6.	Мастерство педагогического общения. Практическая работа.	1	11.05		
33.	7.	Педагогическая этика. Практическая работа.	1	18.05		
34.	8.	Профессиональная компетентность педагога. Итоговая работа.	1	25.05		

						<p>психологии, научиться давать оценку своему внутреннему состоянию, получить информацию о себе из тестовых заданий.</p> <ul style="list-style-type: none">• Знать одно из наиболее известных в мире направлений психотерапии: психоанализ. <p><i>Регулятивные УУД-</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Определять и формулировать цель деятельности с помощью педагога.• Уметь анализировать и регулировать некоторые аспекты своего поведения.• Уметь развивать логическое мышление.• Учиться высказывать свое предположение. <p>Знать факторы, влияющие на развитие способностей, способы измерения интеллекта.</p> <p>Знать определение творчества.</p> <p>Уметь применять тестовые методики практически.</p> <p>Отработать приемы активизации мыслительной деятельностью</p>
--	--	--	--	--	--	--

							Знать различия функций правого и левого полушария.
		Итого:	34				

Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

Справочные пособия:

1. Андреева Г.М. Социальная психология. М., Аспект пресс, 2001
2. Гипперейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. ЧеРо, 1996
3. Якушева С.Д. Основы педагогического мастерства. «Академия», 2008
4. Зазюзин И.А. Основы педагогического мастерства. М., «Прав»,. 1989
5. Карпенко. Психология. Словарь. Политиздат, 1985, 1990
6. Немов.Р.С. Психология. Книга 1, М., Владос, 2003
7. Першина Л.А. Контрольные задания по психологии. М.,2000
8. Понамаренко Л.П., Белоусова Р.В. Психология для старшиклассников.

Часть

М.,«Владос», 2003

9. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. М., Педагогика, 1989

10. Фадеева Е.И., Ясюкевич М.В. Выбирая профессию, выбираем образ жизни. М. 2004

Часть 1. М.,«Владос», 2003

Часть 2. М.,«Владос», 2003

11. Шодриков В.Д. Мнемические способности: развитие и диагностика

12. Якушева С.Д. Основы педагогического мастерства. «Академия», 2008

Электронные и интернет-ресурсы

1. Федеральный российский общеобразовательный портал:

[Электронный ресурс] URL: <http://www.school.edu.ru>

2. Федеральный портал Российское образование: [Электронный ресурс]

URL: <http://www.edu.ru>

3. Образовательный портал Учеба: [Электронный ресурс] URL:

<http://www.uroki.ru>

4. Федерация Интернет образования: [Электронный ресурс] URL:
<http://teacher.fio.ru>
5. Издательский дом «1 сентября»: [Электронный ресурс] URL:
<http://www.1september.ru>
6. Московский Институт Открытого Образования: [Электронный ресурс]
URL: <http://www.mioo.ru>

Приложение
Контрольно измерительные материалы

10 класс

Индивидуальная работа №1

Тема: «Познавательные процессы»

1. Раскройте понятие психология. Укажите отличие научной психологии от «житейской».
2. Опишите историю возникновения термина «психология».
3. Раскройте сущность понятий: социальная психология, психология труда, возрастная и педагогическая психология.
4. Дайте определение понятия внимание. Укажите, для чего оно необходимо человеку.
5. Выделите отличия между произвольным вниманием, непроизвольным и послепроизвольным.
6. Раскройте понятие память. Охарактеризуйте основные процессы памяти.
7. Перечислите известные Вам виды памяти. Назовите критерии классификации видов памяти.
8. Укажите законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации.
9. Дайте определение понятия мышление.
10. Перечислите известные Вам виды мышления. Назовите и охарактеризуйте способы развития мышления.

Ответы

1. Психология изучает факты, закономерности и механизмы психики. Научная психология располагает доказанными фактами и закономерностями, объясняет действия психологических механизмов(например, психологических защит).

2. Термин психология происходит от греческих слов «психэ», что означает душа, и «логос»- учение. Следовательно, *психология- наука о душе*. В наше время вместо понятия «душа» используется понятие психика.

3. *Социальная психология* изучает психические явления, которые возникают в процессе взаимодействия людей в различных организованных и неорганизованных малых общественных группах; распределение ролей в коллективе.

Психология труда изучает психологические особенности трудовой деятельности человека. В её задачу входит исследование важных качеств той или иной профессии, закономерностей развития трудовых навыков, выявление влияния на трудящегося производственной обстановки.

Возрастная психология изучает развитие различных психических процессов и психологических качеств личности, исследуя возрастные особенности психических процессов, возрастные возможности усвоения знаний.

Педагогическая психология примыкает к возрастной психологии и изучает психологические закономерности обучения и воспитания человека.

4. *Внимание*- направленность и сосредоточенность сознания человека на определенных объектах при одновременном отвлечении от других. Внимание является регулятором деятельности.

5. *Произвольное внимание*- сознательное сосредоточение на определенной информации; оно требует волевых усилий и при отсутствии интереса утомляет через 20 минут.

Непроизвольное внимание-само собой возникающее внимание, вызванное действием сильного, контрастного или нового, неожиданного раздражителя.

Послепроизвольное внимание вызывается через вхождение в деятельности и возникающий в связи с этим интерес, в результате длительное время сохраняется целенаправленность, снимается напряжение.

6. Память- это процессы запоминания , сохранения и последующее воспроизведение индивидом информации. Основные процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение и забывание.

7. По характеру психической активности, преобладающей в деятельности:

Двигательный тип- запоминание, сохранение и воспроизведение различных движений и их систем.

Эмоциональная память-это память на чувства.

По виду и форме информации:

Образная

Словесно-логическая(смысловая)

По анализаторам:

Зрительная, слуховая, осязательная, обонятельная и вкусовая.

8. 1) С помощью психологических экспериментов выявлен закон, определяющий объём кратковременной памяти: человек запоминает от 5 до 9 стимулов.

2) Обычно лучше запоминается начало или конец информации, воспринимаемой на слух, а середина как бы выпадает.

3) При механическом запоминании информация через день забывается на 25%. Забывание происходит наиболее интенсивно в первые 6 часов после запоминания.

4) Многократное повторение материала дает возможность перевести информацию в долговременную память. Информацию целесообразно повторять с определёнными интервалами через 15-20 минут, затем через 8-9 часов и через 24 часа.

9. *Мышление* – это отражение общих свойств вещей и явлений и нахождение закономерных связей и отношений между ними.

10. К *теоретическому мышлению* относятся мышление понятийное и образное.

К *практическому мышлению* наглядно-образное и наглядно – действенное.

Мышление можно развивать способность самостоятельно ставить задачу и стремиться найти решение. Для того чтобы научиться самостоятельно продуктивно мыслить, следует воспринимать свои ошибки как ценную возможность самосовершенствования, поверить в собственные способности.

Индивидуальная работа №2

Тема: «Способности»

1. Раскройте сущность понятия способности.
2. Выделите отличия между понятиями способности, знания, умения.
3. Дайте определение понятия интеллекта.
4. Раскройте сущность понятия социальный интеллект.
5. Укажите факторы влияющие на развитие интеллекта.
6. Перечислите четыре параметра креативности. Выделите отличия между «интеллектуалами» и «креативами».
7. Укажите взаимосвязь между творческими способностями и успешностью.
8. Перечислите составляющие центральной нервной системы.
9. Проанализируйте различия в функциях правого и левого полушарий отражающиеся на поведении человека.
10. Выделите профессии в которых могут быть наиболее успешны люди с доминирующим левым, правым полушариями. Аргументируйте свой ответ.

Ответы

1. *Способности* – это такие психологические особенности человека, от которых зависит успешность приобретения знаний, умений и навыков, но которые сами к наличию этих знаний, умений и навыков не сводятся.

2. Как уже было сказано, способности к знаниям и умениям не сводятся, они выступают, как некоторая возможность.

3. *Интеллект* – это относительно устойчивая структура способностей, в основе которой лежат как сознательные, так и бессознательные процессы, обеспечивающие переработку разнообразной информации ее осознанную оценку. С психологической точки зрения назначение интеллекта – создавать порядок из хаоса на основе приведения в определённую систему сигналов из окружающей среды, а также согласование своих индивидуальных потребностей субъективными требованиями реальности.

4. *Социальный интеллект* – способность человека адаптироваться к окружающей среде.

5. Развитие интеллекта зависит от врожденных факторов – генетически передающейся наследственности. Есть данные о том, что отрицательное влияние на интеллектуальное развитие ребенка оказывают:

- пожилой возраст родителей;
- неполноценное питание;
- определенные заболевания матери во время беременности, употребление алкоголя и курения, злоупотребление антибиотиками.

Важное значение для интеллектуального развития ребёнка имеют положительные контакты маленького ребёнка с матерью или другим взрослым ее заменяющим.

6. *Четыре параметра креативности:*

- оригинальность;
- продуктивность;
- гибкость;
- способность усовершенствовать объект, добавляя детали.

В отличие от интеллектуалов, которые могут решать хотя и сложные, но уже поставленные кем – то задачи, креативы способны самостоятельно видеть и ставить проблемы.

7. Высокие способности к обучению и творчество далеко не всегда совпадают. Неуспевающие учащиеся могут обладать высокими творческими способностями, и наоборот.

8. Центральная нервная система (ЦНС) – включает в себя те части нервной системы, которые лежат внутри черепа (т.е. головной мозг) и позвоночного столба.

9. Левое полушарие в основном отвечает за язык и речь, а правое управляет навыками, связанными со зрительным опытом(образные представления).

10. С доминирующим левым полушарием люди могут работать в типе профессий Человек – Техника, а с доминирующим правым полушарием в системе Человек- Художественный Образ.

Индивидуальная работа №3

«Личность» (I часть).

1. Выделите главные условия развития и формирования личности.
2. Укажите возрасте человека, когда он становится способным к подчинению потребностей к социальным нормам.
3. Раскройте понятие «теории личности». Назовите известные Вам теории личности. (Приведите названия теорий и назовите их авторов).
4. Охарактеризуйте представления Фрейда о сознательном и бессознательном в психике человека.
5. Назовите выделяемые Фрейдом главные инстинкты человека. Раскройте их сущность.
6. Назовите основные понятия теории личности по Адлеру.
7. Опишите, каково происхождение «комплекса неполноценности», согласно Адлеру.
8. Укажите роль «социального» интереса в жизни человека, согласно взглядам Адлера.
9. Раскройте сущность адлеровской концепции «Творческого Я».
10. Раскройте понятие фиктивные цели и как они могут влиять на жизнь человека. (Приведите примеры.)

Ответы

1. Главные условия развития и формирования личности – это общество, деятельность и её особенности.

2. В возрасте 4-5 лет человек становится способным к подчинению потребностей к социальным нормам.

3. *Теории личности* – это тщательно выверенные умозаключения или гипотезы о том, что представляют собой люди, как они себя ведут и почему они поступают именно так, а не иначе.

Аналитическая теория личности Фрейда

Индивидуальная теория личности Адлера

4. *Сознание* состоит из ощущений и переживаний, которые человек осознает в данный момент времени. *Бессознательное* представляет собой хранилище примитивных инстинктивных побуждений, эмоций и воспоминаний, которые настолько угрожают сознанию, что были вытеснены в область бессознательного.

5. Фрейд выделял биологически обусловленные инстинкты (особенно сексуальный и агрессивный). По его мнению в них выражается первичный принцип всей человеческой жизни – немедленную разрядку психической энергии.

6. Основные понятия теории личности по Адлеру:

- 1) чувство неполноценности и компенсация;
- 2) стремление к превосходству;
- 3) стиль жизни;
- 4) социальный интерес;
- 5) творческое «Я»;
- 6) порядок рождения;
- 7) фикционный финализм.

7. Происхождение «комплекса неполноценности», согласно Адлеру, начинается в детстве. Он объяснял это следующим образом: ребёнок переживает очень длительный период зависимости, когда он совершенно беспомощен и, чтобы выжить опирается на родителей. Этот опыт вызывает у ребёнка глубокие

переживания своей неполноценности по сравнению с другими людьми из семейного окружения, более сильными и могущественными. Появление этого раннего ощущения неполноценности обозначает начало борьбы за достижение превосходства над окружением, а также стремление к совершенству и безупречности. Адлер утверждал, что *стремление в превосходству* является мотивационной силой в жизни человека.

8. С позиции Адлера, нормальные, здоровые люди по – настоящему беспокоятся о других их стремление к превосходству социально позитивно и включает в себя стремление к благополучию всех людей. У плохо приспособленных людей, напротив, социальный интерес выражен недостаточно.

9. В Адлеровской концепции *творческого «Я»* отчетливо звучит его убежденность в том, что люди являются хозяевами собственной судьбы: сам человек ответственен за свой стиль жизни и установки по отношению к миру.

10. *Фиктивные цели* – это основные цели жизни человека, которые соотнесенность которых с реальностью невозможно ни поверить, ни подтвердить (пример, «Все люди созданы равными», «Мужчины стоят выше женщин» и т.п.). В соответствии с этими целями выстраивается линия поведения человека и очень часто они помогают ему более эффективно решать жизненные проблемы.

Индивидуальная работа №4

«Личность» (II часть).

1. Охарактеризуйте структуру личности: что составляет «почву», «корни», «ствол», «крону» «древа» личности.
2. Раскройте сущность понятия «индивидуум». Укажите отличия между понятиями «личность» и «индивидуум».
3. Опишите, в чем состоит респондентное и оперантное поведение. Приведите примеры респондентного поведения.
4. Опишите взгляды бихевиористов на формирования поведения человека.
5. Охарактеризуйте процесс оперантного обусловливания поведения.
6. Назовите основные положения теории социального научения.
7. Выделите основные исходные позиции гуманистической теории личности (гуманистической психологии).
8. Охарактеризуйте основные потребности, согласно «пирамиде» Маслоу.
9. Назовите виды любви по Маслоу. Укажите их различия.
10. Раскройте сущность понятия самоактуализация. Опишите влияние данной потребности на жизнь человека.

Ответы

1. «Почва» – прародительский генафонд; «корни» – генотические свойства матери и отца; «ствол» – характер человека; «крона» – сфера интересов, социальная активности, морально-нравственные устои.

2. *Индивидуум* (в переводе с лат. значит «неделимое») – всякое живое целостное существо.

Личность – это продукт развития индивидуума в обществе.

Ребёнок может стать личностью, а животное никогда.

Люди со сходным типом нервной системы, индивидуально – типическими свойствами (темпераментом) могут оказаться совершенно различными личностями.

3. *Респондентное поведение* – это ответ на знакомый стимул (дрожь при холоде, сужение или расширение зрачка в ответ на световую стимуляцию, подергивание колена при ударе молоточком по коленному сухожилию и т.п.).

Оперантное (оперативное) поведение определяется и контролируется результатом, следующим за ним. Здесь важно не только то, что представлено до реакции, но и то, что происходит после реакции.

4. Бихевиористы принципиально рассматривали внешнее окружение как ключевой фактор человеческого поведения. Именно окружение, а отнюдь не внутренние психические явления формируют человека, поведение предсказуемо и контролируется окружением.

5. *Оперантное поведение* определяется событиями, которые следуют за реакцией, т.е. за поведением идёт следствие, и ожидание этого следствия является причиной данного поведения. Например, если лай собаки регулярно подкреплять кусочком колбасы, то очень скоро она начинает лаять, «выпрашивая» колбасу.

6. Социальное научение определяется универсальными механизмами научения, общими для животных и человека. Подкрепляющими стимулами может быть деньги, внимание, одобрение, хорошие оценки в школе. Подкрепление может быть также негативным- это в первую очередь, наказание. Позитивное

подкрепление является наиболее эффективным методом для формирования желательного поведения.

7. Исходная позиция гуманистической теории личности такова, что только сами люди брошенные в водоворот жизни в данный момент времени и в данном месте, ответственны за свой выбор, который они делают.

8. Основные потребности, согласно «пирамиде» Маслоу:

5. Потребность в самоактуализации
4. Потребность в самоуважении
3. Потребность в принадлежности и любви
2. Потребность в безопасности
1. Физиологические потребности

9. Маслоу определил два вида любви взрослых людей: *дефицитарная* (или Д-любовь) и *бытийная* (или Б-любовь).

Д – любовь – это чувство, исходящее из стремления получить то, чего нам не хватает, – самоуважение или общество того, с кем мы не чувствуем себя одиноко.

Б-любовь, наоборот, основана на осознании человеческой ценности другого, без какого – либо стремления изменить или использовать его. Она не собственническая, не назойливая и в основном развивает в другом человеке его позитивное представление о себе, удовлетворяет его потребность в чувстве значимости, любви.

10. *Самоактуализация* – процесс достижения вершины реализации потенциальных возможностей человека.

Человека, который достиг наивысшего уровня самоактуализации добивается полного использования своего таланта, способностей и потенциала, а также становится тем человеком, каким он хочет стать.

Индивидуальная работа №5

«Личность» (III часть).

1. Дайте определение понятия темперамент. Опишите его проявления в общей активности, эмоциональной и моторной сферах человека.
2. Проанализируйте особенности сильного и слабого типа нервной системы.
3. Назовите четыре типа темперамента и дайте им общую характеристику.
4. Назовите особенности личности характеризуемые показателем экстраверсия – интроверсия. Проанализируйте различия между двумя полюсами этого показателя.
5. Дайте определение понятия характер с точки зрения психологии. Укажите способы его проявления в разных сферах жизнедеятельности.
6. Раскройте понятие «Я – концепция». Назовите её составляющие.
7. Раскройте понятие самооценка. Опишите значение понятий «Я – реальное» и «Я - идеальное».
8. Охарактеризуйте роль чувств и эмоций в жизни человека.
9. Предположите свое понимание разницы между любовью и увлечением.
10. Назовите отличительные признаки насилия в личных отношениях.

Ответы

1. *Темперамент* – индивидуально своеобразная, природно-обусловленная совокупность динамических проявлений психики.

Общая активность определяется интенсивностью и общим объемом взаимодействия человека с окружающей средой – физической и социальной. По этому параметру человек может быть инертным, пассивным, спокойным, инициативным, активным, стремительным.

Проявление темперамента в *моторной сфере* можно рассматривать как частные выражения общей активности. К ним относятся темп, быстрота, ритм и общее количество движений.

Когда говорят об *эмоциональности* как проявления темперамента, то имеют виду впечатлительность, чувствительность, импульсивность и т. д.

2. *Сильный тип* нервной системы способен выдержать очень сильные раздражители; *слабый тип* – чувствительный, восприимчивый, но плохо переносит большие нагрузки при сильных раздражителях (для человека это могут быть стрессы) склонен впадать в «запредельные торможение» (нервная система не выдерживает нагрузки и предохраняет сама себя – как бы временно отключается, перестает реагировать).

3. Человека с заметной психической активностью, быстро отзывающегося на окружающие события, стремящегося к частой смене впечатлений, сравнительно легко переживающего неудачи и неприятности, живого, подвижного, с выразительной мимикой и движениями называют *сангвиником*.

Человека невозмутимого, с устойчивыми стремлениями и настроением, с постоянством и глубиной чувств, с равномерностью действий и речи, со слабым внешним выражением душевных состояний называют *флегматик*.

Человека очень энергичного, способного отдаваться делу с особой страстью, быстрого и порывистого, склонного к бурным эмоциональным вспышкам и резким сменам настроения, со стремительными движениями называют *холерик*.

Человека впечатлительного, склонного к глубоким переживаниям, легко ранимого, но внешне слабо реагирующего на окружающее, со сдержанными движениями и приглушенностью речи называют *меланхоликом*.

4. Принято считать, что *экстравертам* свойственна общительность, стремление «быть среди людей», импульсивность, гибкость поведения, большая инициативность и высокая социальная адаптированность.

Интровертам присущи: необщительность, уход в себя, богатый внутренний мир, социальная пассивность (при достаточно большой настойчивости), склонность к самоанализу.

Еще в отличии от экстравертов интроверты:

1) Тратят энергию при общении с людьми (экстраверты «подзаряжаются»), а эмоционально окрашенные события их энергетически «истощают».

2) Дольше, но качественнее обрабатывают и выдают полученную информацию.

3) Двигательным и умственным торможением реагируют на стресс, индивидуальных свойств личности.

5. *Характер* – это совокупность устойчивых, индивидуальных свойств личности, складывающаяся и проявляющаяся в деятельности и общении, обуславливая типичные для индивида способы поведения. Это индивидуальные особенности, образующие характер человека, относятся в первую очередь к волевой сфере и к чувствам. В известной мере они проявляются и в умственной деятельности.

6. «Я - концепция» – это совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженная с их оценкой. Выделяют три составляющие «Я - концепции»: когнитивная (мысленный осознанный образ), оценочная и поведенческая.

7. Самооценка- это вторая составляющая «Я- концепции», которая характеризуется оценочным отношением к себе. Важную роль в ее формировании играет сопоставление образа «*реального Я*» с образом «*идеального Я*», т.е. с представлением о том, каким человек хотел бы быть.

8. Эмоции и чувства образуют эмоциональную сферу личности, являющуюся одним из регуляторов поведения человека.

Чувства выступают показателем того, как происходит процесс удовлетворения потребностей человека.

Эмоция – душевное волнение, душевное движение. Она отражает значимость для человека того или иного объекта, события, его ожиданий и т. д.

9. Разница между «любовью» и «увлечением» – до некоторой степени вопрос установки, «этики». Говоря себе «это любовь», индивид тем самым формирует установку на серьезное, длительное чувство. Напротив, слова «это просто увлечение» – установка на нечто временное, краткосрочное.

10. *Ревнует вас и ведет себя с вами как собственник, не разрешает вам иметь друзей, проверяет вас, не допускает мысли о возможном разрыве отношений.

*Пытается контролировать вас, ведя себя как хозяин, отдавая приказы, принимая решения, игнорируя ваше мнение.

*Пугает вас. Вы всегда думаете о том, как он отреагирует на то, что вы делаете. Угрожает вам, имеет оружие или использует его.

*Жесток: раньше был замешан в драках, легко теряет контроль, хвастается что плохо обращается с другими.

*Склоняет вас к сексуальным отношениям, навязывает секс, угрожает. Считает вас сексуальным объектом. Пытается манипулировать вами, обвиняет вас, говоря «Если ты действительно меня любил(а), ты бы...». Слишком быстро начинает считать отношения серьезными.

*Члены вашей семьи и друзья предупреждали вас быть осторожнее с этим человеком или говорили вам, что беспокоятся о вашей безопасности.

Индивидуальная работа №6

«Саморегуляция»

1. Раскройте понятие стресс. Укажите его последствия.
2. Выделите отличия между стрессом и дистрессом.
3. Назовите фазы развития стресса.
4. Укажите способы совладания со стрессовыми ситуациями, избегания стресса.
5. Приведите примеры приемов сохранения душевного равновесия в трудных жизненных ситуациях (правила).
6. Укажите связь между эмоциональным состоянием, напряжением и телесными реакциями.
7. Назовите методы саморегуляции. Раскройте их сущность.
8. Раскройте сущность позитивного мышления.
9. Раскройте преимущества позитивного мышления. Как оно сказывается на поведении человека?
10. Опишите приемы позитивного мышления.

Ответы

1. *Стресс* (от английского stress- давление, напряжение) - состояние общего возбуждения, психологического напряжения при деятельности в трудных, необычных, экстремальных ситуациях, неспецифическая реакция организма на резко меняющиеся условия среды.

Стрессовые ситуации по-разному действуют на людей: одних мобилизует, других доводит до состояния, близкого к клинической смерти. Непрерывная череда стрессов может быть опасна для здоровья. Развиваются неврозы, нарушение сна, снижается иммунитет, появляются порой неизлечимые болезни.

Стресс может привести к *дистрессу*, который окажет отрицательное влияние на деятельность человека и может её полностью дезорганизовать.

2. *Стресс* возникает из-за необходимости перестройки, адаптации к возникающим трудностям с неспецифическими требованиями.

Стресса невозможно избежать, жизнь – это постоянный стресс (т. е. необходимо постоянно подстраиваться). Мы испытываем стрессы разной интенсивности в любых ситуациях.

Дистресс (от английского distress- горе, несчастье, недомогание, истощение, нужда) – это перенапряжение адаптационных механизмов, которые оказывает отрицательное влияние на деятельность человека, вплоть до ее полной дезорганизации.

3. *Три фазы развития стресса:*

- 1) реакция тревоги;
- 2) фазы сопротивления;
- 3) фазы истощения.

4. Стресс неизбежен, нужно изучить себя и найти тот уровень стресса, при котором он чувствует себя наиболее комфортно, какое бы занятие он не избрал. По мнению Г. Селье, для сохранения душевного равновесия человеку нужна какая-то цель в жизни, которую он считает высокой, и гордость, что он трудится ради ее достижения. Правильный выбор ближайших целей, способность

адаптироваться к изменяющейся ситуации, преопределять ближние цели в случае непреодолимых трудностей для их достижения – важное условие здорового существования человека. Отдаленная цель освещает путь в течении всей жизни.

5. Правила сохранения душевного равновесия в трудных жизненных ситуациях.

1. Верьте, что жизнь вас не оставит – «Кривая выведет всегда».

2. Поймите, что пережить вашу неприятность можете только вы, не перекладывайте ее на плечи других, из этого ничего хорошего не получится. Примите случившееся как неизбежное.

3. Поделитесь с кем-нибудь своими переживаниями. Не замыкайтесь на своих проблемах и побольше общайтесь с людьми.

4. Найдите образец: человек, который выстоял в подобной или еще в более сложной ситуации. Подумайте, как он справлялся с подобной или еще более сложной ситуации. Подумайте, как он справлялся с проблемами.

5. Если вам показалось, что вас хотели обидеть, не делайте скоропалительных выводов. Вы сейчас очень возбуждены и можете все неправильно истолковать.

6. Сделайте выводы. Примите поражение как ценный урок, подаренный вам жизнью. Теперь вы знаете, что *так* поступать (полагаться на таких людей, не учитывать таких-то обстоятельств) не следует – в другой раз учтите ваше новое знание.

7. Не предавайтесь «генерализации» и «катастрофизации». Если вас предал один человек, это совсем не значит, что «все такие» (генерализация). Если вы получили «2» на экзамене – это ещё не катастрофа.

8. Не «переживайте» бесконечно случившееся. Оставьте его для истории и вспомните, что вокруг множество дел, требующих ваших рук и ума.

9. Практикуйте психотехнические упражнения, позволяющие управлять своим эмоциональным состоянием.

6. Тело выражает различные состояния и чувства человека. Есть и обратная зависимость: поза, походка, выражения лица влияют на состояние человека.

7. Методы саморегуляции:

- мышечная релаксация – мышечное расслабление,
- аутогенная тренировка – метод самовнушения,
- медитация – внутреннее сосредоточение,
- визуализация – представление образов.

8. Сущность позитивного мышления состоит в том, что человек умеет замечать хорошие события.

9. Позитивное мышление помогает человеку даже в моменты трудностей жить в согласии с самим собой и использовать свой внутренний потенциал. В чем преимущество позитивного мышления? Как оно сказывается на поведении человека? Притягательно выглядит человек мыслящий позитивно. Неприятности всегда находят человека, который мыслит негативно (обращает особое внимание на плохие события своей жизни).

10. Приемы позитивного мышления.

1. Избавление от негативных мыслей.
2. Позитивное декларирование.
3. «Коллаж желаний»,
4. «Умение получать».
5. Список благодарностей.

Индивидуальная работа №7

«Возрастная психология»

1. Приведите классификацию возрастных периодов от рождения человека до 17 лет.
2. Назовите новообразования, наблюдаемые у подростка.
3. Выделите факторы, оказывающие особое влияние на развитие ребенка раннего возраста. Объясните фразу – «после трех поздно».
4. Укажите признаки «кризиса 3-х лет». Выделите виды помощи взрослых ребенку для преодоления кризиса.
5. Охарактеризуйте 6 принципов позитивного воспитания.
6. Назовите физиологические изменения организма подростка.
7. Выделите особенности самопознания подростка.
8. Охарактеризуйте основные психологические поведенческие реакции подростков.
9. Проанализируйте особенности самооценки и «образа Я».
10. Раскройте понятие мировоззрение. Опишите, как в юношеском возрасте оно соотносится с ценностными ориентациями.

Ответы

1. Период младенчества. Возраст от 1 до 3 лет – раннее детство. Дошкольное детство – период от 3 до 7 лет. Младший школьный возраст. Старший школьный возраст.

2. Новообразования: чувство взрослости, стремление к самоутверждению.

3. В возрасте от 1 года до трех лет чрезвычайно важно, чтобы окружающие взрослые проявляли заботу, любовь, эмоциональную поддержку.

Говорят, «после трех поздно», потому что именно до трёх лет закладывается фундамент характера человека, база для дальнейшего развития его способностей.

4. Взрослые должны помочь ребенку терпением, своей настойчивостью, а так же пониманием причин такого преходящего поведения: стремление утвердить себя в мире.

5. *6 принципов позитивного воспитания:*

1. Понимать потребность ребенка в принадлежности.

2. Взаимное уважение.

3. Любить и принимать его таким, какой он есть.

4. Последовательность воспитательных воздействий.

5. Правильно построенное общение.

6. Использовать в общении приветливые фразы.

6. *Физиологические изменения организма:*

Быстро увеличивается масса тела, костей, изменение в эндокринной системе, половое созревание.

7. Особенности самопознания подростка выражается в стремлении и способности осознавать свои мотивы, а также проводить активную работу по их подчинению и переподчинению. Главные функции самопознания – это познание себя, усовершенствование себя, поиск смысла жизни.

8. *Основные психологические поведенческие реакции подростков:* реакция эмансипации, реакция оппозиции, реакция имитации, реакция

компенсации, реакция гиперкомпенсации, реакция группирования со сверстниками.

9. Формирующийся «образ Я» еще расплывчатый, неопределенный, подросток как бы примеряет на себя «разные одежды». Они чувствуют себя более защищенными в среде себе подобных.

10. Мировоззрение – это взгляд на мир в целом, система представлений об общих принципах и основах бытия, жизненная философия человека, сумма его знаний. В юношеском возрасте ценности соотносятся с мировоззрением, что определяет «смысл жизни» подростка?

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

рабочей программы индивидуальных и групповых занятий

10 класса

«Основы психологии и педагогики»

СОГЛАСОВАНО

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания

Заместитель директора по УВР

Методического объединения

МБОУ СОШ №45

МБОУ СОШ №45

«__» _____ 2022 года

От __ 2022 года № __
