



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЛИЦЕЙ №15 ГОРОДА ПЯТИГОРСКА

357524, Пятигорск, ул. Аллея Строителей, 7
телефон: (8793) 32-22-65 e-mail: licey15.pyatigorsk@mail.ru

Рассмотрено
на заседании МО
Мясоедова Т.В. / [подпись] /
Протокол № 1
от 28.08. 2025 г.

Согласовано
заместитель директора по
УВР
/А.Ю. Тихонова /
28 августа 2025 г.

Утверждаю
Директор МБОУ лицея №15
А.И. Ажахметова /
Приказ № _____
от 29 августа 2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочных занятий**

по психологии
(предмет)

для 11 класса
(класс)

количество часов в год 34, в неделю 1

Срок реализации программы

2025-2026 учебный год

Базовый уровень

Рабочая программа составлена на основе (точное название программы, её авторы и выходные данные)

Психология отношений мужчины и женщины.
М.: Изд-во Влада - Пресс, 2005. - 287с.
Рогов Е.И.

Составитель: Мясоедова Ангелина Викторовна
педагог - психолог высшей категории
(ФИО учителя, категория)

г. Пятигорск, 2025 год

**Календарно-тематическое планирование
курса внеурочных «Психология отношений мужчины и женщины»
(11-е классы)**

№	Дата	Раздел программы	Тема занятия	ЗУН	Межпредметные связи
1		Мужчины и женщины воспитываются с детства	Мальчишки и девчонки или предпосылки будущих отношений Возрастная периодизация	Знать психологические и физиологические особенности и различия мальчиков и девочек	Психология медицина
2			Физиология перемен	Знать перемены, которые могут происходить в физиологическом и психологическом состоянии подростков, уметь отследить собственные изменения	Психология медицина
3		Присмотримся друг к другу	На привлекают симпатичные	Знать слабые и привлекательность	

4			Практическая работа «Портрет»	Тренинг самопознания	
5		От дружбы до любви	Немного о дружбе	Понимание психологии дружбы	
6			Влюбленность	Формирование собственного представления о понятиях «дружбы», «любви»	
7			Влечение		

8			Любовь		
9			Можно ли любить себя?	Тренинг коммуникативных навыков	
0			Добиться расположения не просто	Тренинг коммуникативных навыков Получение представлений о механизмах формирования впечатления о человеке	
1			«Психология любви»		

12			Виды любви	Понимание психологических механизмов влюбленность	
13			Развитие семьи	Представление о значении понятий «брак», «семья»	
14		Семья	Функции семьи.	Знание основных функций семьи: воспитательная, хозяйственная, эмоциональная, функция духовного общения, функция первичного социального контроля, сексуально – эротическая	


15			Стадии развития семьи	Знакомство с различными периодизациями и семейными отношениями	
16			Виды семейных союзов	Знание видов семейных союзов, специфических особенностей разных видов брака	
17			Семейные роли	Знание основного понятия «роль», «семейные роли», понимание механизмов формирования семейных ролей	
18			Ролевая игра «Семья»	Знакомство с различными семейными ролями. Выработка представления о значении семейной иерархии	

19		✿	Исследование собственных ценностных ориентаций	Исследование индивидуальных особенностей личности, смысло-жизненных ориентаций	
20		Помехи семейному счастью	Размолвка	Понимание причин конфликтов в межличностных отношениях	Психология, обществознание
21			Исследование характера межличностных отношений	Исследование предпосылок собственного конфликтного поведения	
22			Преодоление конфликтности. Сюжетно-ролевая игра	Понимание механизмов разрешения конфликтных ситуаций	

23		✿	«Способ реагирования в конфликте»	Исследование собственного стиля поведения в конфликтной ситуации	
23			Ревность	Знание специфических особенностей проявлений ревности, понимание механизмов развития данного состояния	
24			Виды ревность		
25			Измена	Выработка собственного представления и отношения к феномену «измена», понимание морально – нравственных и психологических составляющих данного феномена	

26		Игра «За и против»	Выработка собственной личностной позиции в отношении феномена «измена»	
27		Развод	Понимание особенностей семейных отношений в ситуации развода. Выработка собственного отношения к такому способу решения семейных конфликтов	
28		Сюжетно-ролевая игра «Стратегии поведения супругов»	Приобретение знаний о возможных конструктивных и деструктивных способах решения семейных конфликтов	
29		Методы исследования собственной устойчивости в конфликтной ситуации		

30			Тренинг навыков конструктивного общения «Давай договоримся»	Развитие навыков сотрудничества	
31			Творческий коллаж «Моя семья»	Формирование конструктивного образа собственного семейного будущего	
32			Развитие своих возможностей	Тренинг самопознания	
33			Блиц -опрос «Психология семейной жизни»	Закрепление изученного материала	

34			Групповая дискуссия «Психология отношений мужчины и женщины»	Развитие навыков диалога	
----	--	---	---	--------------------------------	--



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЛИЦЕЙ № 15 ГОРОДА ПЯТИГОРСКА

357524, Пятигорск, ул. Аллея Строителей, 7
телефон: (8793) 32-22-65 e-mail: licey15.pyatigorsk@mail.ru

Рассмотрено
на заседании МО
Мясоедова А.В.
Протокол № 1
от 28.08. 2025 г.

Согласовано
заместитель директора по
УВР
А.Ю. Тихонова /
28 августа 2025 г.

Утверждаю
Директор МБОУ лицея №15
А.И. Ажахметова /
Приказ № _____
от 29 августа 2025 г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Внеурочных занятий по психологии на 2025-2026 учебный год
(предмет)

Класс: 11

Учитель: Мясоедова Ангелина Викторовна

Количество часов в неделю - 1; на год - 34.

Планирование составлено на основе программы
«Психология отношений мужчины и женщины»

(Указать документ)

Учебник (название, автор, издательство, год издания)
Психология отношений мужчины и женщины
с.и.: Изд-во Владос-Пресс, 2005. - 287с.
Рогов Е.И.

Дополнительная литература

Тематическое планирование составил (а)

Мясоедова А.В.

(подпись)

(расшифровка подписи)

Пояснительная записка

Структура программы: пояснительная записка, содержание курса, способы и формы оценки результатов, календарно-тематическое планирование, учебно-методическая литература.

Общая характеристика курса

Психология - наука, изучающая поведение и внутренние психические процессы человека, с практическим применением получаемых знаний. В фокусе ее внимания - практически любая сфера жизни и деятельности людей в социуме: социальное общение и взаимоотношения людей в обществе, психологические закономерности социального поведения индивидов и мотивы объединения их в группы, конфликты и общественные настроения. Там, где есть люди, сразу начинается психология. И жизненный опыт только обогатится, если к нему добавятся научные знания по психологии. Психология помогает научиться управлять своим эмоциональным состоянием. Крайне необходимы знания по психологии взрослому человеку, в первую очередь подросткам, которые должны решить ряд жизненно важных задач собственного взросления. Психология является наукой, в которой соотносятся социально-гуманитарное и естественнонаучное знание, что определяет ее роль фундамента в системе наук. Психология интегрирует данные этих отраслей научного знания и, в свою очередь, влияет на них, становясь общей моделью человекознания. Историческая миссия психологии в современное время заключается в том, чтобы быть интегратором всех сфер человекознания и основным средством построения его общей теории. Психология выполняет миссию объединения естественных и общественных наук в изучении человека в единую концепцию. Освоение содержания данной области знаний способствует формированию у обучающихся знаний о психологии как науке, ее методах, о психологических характеристиках и типологиях личности, о социализации личности, о социальных и межличностных отношениях, о психологии общения, о природе конфликтов и путях их разрешения, о социально-психологических аспектах проблем профессиональной деятельности. Приближение старших подростков к юношескому возрасту знаменуется формированием потребности в близости с другим человеком. Это потребность в, так называемом, интимно-личностном общении. Такое общение характеризуется большей степенью открытости и интереса к человеку противоположного пола, стремлением поделиться с ним более глубокими переживаниями и желанием выстроить с ним более длительные и доверительные отношения. Первые попытки построения таких отношений, однако, часто оборачиваются тяжелым

разочарованием и глубокими внутриличностными переживаниями. Недостаточность опыта межличностного общения подростков, низкая коммуникативная компетентность, неосведомленность подростков об особенностях психологии другого человека и своих собственных индивидуальных особенностях становятся причиной дезадаптивного поведения подростков и провоцируют порой импульсивное поведение в партнерских отношениях. Курс психологии «Психология отношений мужчины и женщины» направлен, в первую очередь, на формирование у старшеклассников представления о себе и о другом человеке как о высшей ценности. Представление о системе отношений «Я - Другой» строится на выработке принятия и уважения к разности людей. На формировании интереса, прежде всего, к личности другого человека. Теоретическая часть курса дает школьникам представления о социальных, личностных, психологических особенностях людей противоположного пола, о закономерностях развития партнерских отношений и возможных трудностях. Материал курса в доступной форме освещает такие важные проблемы как развод, измена, ревность, которые могут лежать в основе деструктивных отношений, дает возможность молодым людям выработать собственную позицию по данным вопросам, получить представление о возможных путях коррекции деструктивных отношений и пережить собственный негативный опыт, полученный в семейных или партнерских отношениях. Практические задания курса направлены на отработку школьниками навыков общения с человеком противоположного пола, навыков самопрезентации, навыков саморегуляции и личностной рефлексии. Подобные знания, умения, навыки способствует формированию у молодых людей более широкого поведенческого репертуара, уверенности в собственных силах, готовности к конструктивному взаимодействию с другим человеком, способствуют формированию системы самообеспечения психологической безопасности в отношениях с другими. Таким образом, данный курс формирует более сознательное, ответственное и субъектное отношение к построению отношений с другими людьми.

Курс внеурочных занятий «Психология отношений» для обучающихся 11-го класса направлен на формирование у них следующих умений и способностей:

- осознание собственных индивидуальных особенностей в отношениях с противоположным полом;
- умение адекватно вести себя в различных ситуациях взаимодействия с противоположным полом;

- расширение у старших подростков поведенческого репертуара в отношениях межличностного взаимодействия;
- способность справляться деструктивными переживаниями в ситуациях общения;
- умение отстаивать свою позицию в отношениях, умение говорить «нет» в ситуациях агрессивного, манипулятивного поведения партнера по общению;
- стремление к изучению своих возможностей и способностей;
- успешная адаптация в социуме;
- ответственное осознанное отношение к построению партнерских отношений.

Описание места предмета в учебном плане

В соответствии с федеральным базисным учебным планом и примерными программами среднего общего образования курс внеурочных занятий «Психология отношений» реализуется в 11 классе по одному часу в неделю (34 ч. в год).

Результаты прохождения курса «Психология отношений»:

Личностными результатами освоения рабочей программы являются:

- сформированность у обучающихся представлений о психологии отношений, о психологических взаимосвязях, которые устанавливаются между людьми в процессе их взаимодействия;
- сформированность мотивационной готовности к самопознанию в процессе взаимоотношений с другими;
- овладение закономерностями, психологическими факторами и механизмами общения и взаимодействия людей при совместной деятельности;
- воспитание средствами психологии культуры личности, понимания значимости психологии для формирования особенностей личности в различных общностях людей;
- готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

Метапредметными результатами освоения рабочей программы являются:

- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;
- владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;
- владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения;
- целеустремленность в поисках и принятии решений, сообразительность и интуиция, развитость пространственных представлений; способность воспринимать красоту и гармонию мира.

Предметными результатами освоения рабочей программы являются:

- развитие личности обучающихся средствами психологии: развитие общей культуры обучающихся, их мировоззрения, ценностно-смысловых установок, развитие познавательных, регулятивных и коммуникативных способностей, готовности и способности к саморазвитию и профессиональному самоопределению;
- овладение систематическими знаниями основ психологии, социальной психологии и психологии личности, приобретение опыта осуществления целесообразной и результативной деятельности;

- развитие способности к непрерывному самообразованию, овладению ключевыми компетентностями, составляющими основу умения: самостоятельному приобретению и интеграции знаний, коммуникации и сотрудничеству, эффективному решению (разрешению) проблем, осознанному использованию информационных и коммуникационных технологий, самоорганизации и саморегуляции.

Формы организации занятий:

Для успешной реализации данного курса используются групповые и индивидуальные занятия. Индивидуальные занятия необходимы для осознания обучающимися полученных на занятиях знаний. С этой целью в занятиях присутствует элемент индивидуальной беседы с обучающимися, выполнение ими индивидуальных проективных методик. Индивидуальные занятия являются продолжением групповой работы, т.к. помогают подростку более эффективно усвоить полученный материал.

Содержание курса.

В содержание программы включены психотехнические упражнения, проективные методики, приемы ролевых игр, блок теоретической информации по психологии, интерактивные и групповые методы обучения, рефлексивный и мотивационный диалоги, ролевые этюды и упражнения - все это требуют творческого взаимодействия педагога-психолога и обучающихся.

№	Раздел программы	Всего часов
1	Мужчины и женщины воспитываются с детства	2
2	Присмотримся друг к другу	2
3	От дружбы до любви	8
4	Семья	6
5	Помехи семейному счастью	16

Дополнительная литература

1.	Рогов Е.И.	Психология отношений мужчины и женщины
----	------------	--