

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР  
гимназия № 87 имени Героя Советского Союза Емельяна Герасименко  
ИНН 2308044050, КПП 230801001,  
350089, г. Краснодар, улица Бульварное кольцо, д. 9? тел./факс (861)261-87-77

e-mail: [school87@kubannet.ru](mailto:school87@kubannet.ru), [www.school87.centerstart.ru](http://www.school87.centerstart.ru)

## ПРОГРАММА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КЛАССА

Для 10 – 11 классов



**Составитель:**

Комарова И.В. учитель английского языка,  
классный руководитель 10-11 классов

Краснодар, 2025

# СОДЕРЖАНИЕ

I. Пояснительная записка .....	4
1.1. Актуальность программы.....	4
1.2. Цели и задачи создания и функционирования психолого-педагогического класса ....	5
Цели:.....	5
Образовательные задачи:.....	5
Организационные задачи: .....	6
1.3. Ожидаемые результаты внедрения программы .....	6
Для обучающихся:.....	6
Для образовательной организации: .....	7
1.4. Нормативно-правовые основы создания психолого-педагогического класса.....	8
II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ .....	9
2.1. Концепция программы.....	9
2.2. Учебный план основной образовательной программы психолого-педагогического класса.....	15
2.3. Учебный план внеурочной деятельности .....	16
2.4. Учебный план дополнительного образования .....	16
2.5. Воспитательная деятельность .....	17
3. Ресурсное обеспечение.....	19
3.1. Диагностическое обеспечение .....	19
Программа внеурочной деятельности «Основы педагогики» .....	21
Раздел 1. Цель, задачи и планируемые результаты реализации программы .....	21
Результаты освоения программы .....	21
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ .....	22
МОДУЛЬ 1 «Педагог в современном мире», 10 класс (34 часа).....	22
МОДУЛЬ 2 «Проектирование образовательного процесса», 11 класс (34 часа).....	23
Раздел 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.....	23
Программа внеурочной образовательной деятельности «Основы психологии» .....	25
Раздел 1. Цель, задачи и планируемые результаты реализации программы .....	25
Результаты освоения программы .....	25
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ .....	26
МОДУЛЬ 1 «Психология в цифровую эпоху», 10 класс (34 часа).....	26
МОДУЛЬ 2 «Личность в современном мире», 11 класс (34 часа) .....	30
Раздел 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.....	33
Рабочая программа по внеурочной деятельности общеразвивающей направленности "Искусство общения" .....	35
Раздел 1. Цель, задачи и планируемые результаты реализации программы .....	35

Планируемые результаты освоения курса 10 класса .....	35
Планируемые результаты освоения курса 11 класса .....	36
Содержание учебного курса 10 класса .....	37
Описание содержания курса 10 класса .....	37
Содержание учебного курса 11 класса .....	38
Описание содержания курса 11 класса .....	38
Тематическое планирование 10 класса психолого-педагогической направленности.....	39
Тематическое планирование 11 класса психолого-педагогической направленности.....	44
Программа внеурочной деятельности «Основы консультирования и психологической помощи» .....	49
Раздел 1. Цель, задачи и планируемые результаты реализации программы .....	49
Результаты освоения программы .....	49
Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ .....	50
Раздел 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.....	51
Раздел 4. ФОРМЫ И МЕТОДЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	51
Индивидуальный проект выпускника психолого-педагогического класса.....	52
Темы индивидуальных исследовательских проектов для выпускников психолого-педагогического класса .....	55

# I. Пояснительная записка

## 1.1. Актуальность программы

Актуальность разработки и внедрения данной программы определяется современными вызовами системы образования и потребностями подрастающего поколения в профессиональном самоопределении. В эпоху цифровизации и динамичных социальных изменений особенно остро стоит вопрос подготовки педагогических кадров нового поколения, способных работать в условиях постоянно трансформирующейся образовательной среды.

Результаты исследований Всероссийского центра изучения общественного мнения показывают, что современные старшеклассники проявляют высокий интерес к развитию soft skills и получению практических навыков межличностного взаимодействия. Особенно востребованными среди учащихся 15-17 лет являются программы развития эмоционального интеллекта (28%), психологической грамотности (24%) и навыков работы с людьми разных возрастных групп (22%). Данная статистика подтверждает растущий запрос молодежи на освоение компетенций, непосредственно связанных с педагогической и психологической деятельностью.

Краснодарский край как один из динамично развивающихся регионов России испытывает значительную потребность в высококвалифицированных педагогических кадрах. Согласно региональным программам развития образования, к 2030 году планируется обновление педагогического корпуса на 40%, что требует системной работы по привлечению молодых специалистов в сферу образования.

Современные реалии образовательной политики, включая реализацию федерального проекта "Учитель будущего" национального проекта "Образование", актуализируют необходимость раннего профессионального самоопределения школьников в области человекоцентрированных профессий. Цель проекта - обеспечить к 2024 году вовлечение не менее 50% педагогических работников в национальную систему профессионального роста, что напрямую связано с качеством их предпрофессиональной подготовки еще на школьном этапе.

Администрация МОУ Гимназия №87 совместно с ведущими педагогическими вузами Краснодарского края инициировала создание инновационной модели психолого-педагогических классов, ориентированной на формирование устойчивой мотивации к педагогической деятельности и развитие базовых профессиональных компетенций будущих учителей.

Профессиональное становление педагога представляет собой многоэтапный процесс, фундамент которого закладывается в период школьного обучения. Раннее выявление склонностей к педагогической деятельности и целенаправленная работа по их развитию позволяют сформировать осознанное отношение к выбору профессии и повысить качество будущей подготовки в педагогических учебных заведениях.

В условиях модернизации российской системы образования, когда концепция непрерывного образования становится основополагающей, значимость педагогической профессии приобретает стратегический характер. Современный педагог призван стать агентом инновационных изменений в образовании, способным работать с различными

категориями обучающихся - от дошкольного возраста до программ дополнительного профессионального образования взрослых.

Данная программа направлена на создание эффективной системы ранней профориентации и предпрофессиональной подготовки учащихся 10-11 классов, заинтересованных в получении психолого-педагогического образования. Особое внимание уделяется формированию практических навыков работы с детьми и подростками, развитию психологической культуры и коммуникативных компетенций.

Реализация программы призвана обеспечить формирование устойчивого интереса старшеклассников к поступлению в педагогические вузы региона, прежде всего в Кубанский государственный университет и Армавирский государственный педагогический университет, а также создать представление о педагогическом образовании как современной, престижной и социально значимой сфере профессиональной деятельности.

Потребность образовательных учреждений Краснодара и Краснодарского края в молодых педагогических кадрах, запрос муниципальных и региональных органов управления образованием на качественную предпрофессиональную подготовку, установленное партнерство с ведущими педагогическими вузами региона, а также кадровый и материально-технический потенциал МОУ Гимназия №87 стали основанием для открытия психолого-педагогических классов и разработки соответствующей образовательной программы.

## **1.2. Цели и задачи создания и функционирования психолого-педагогического класса**

### **Цели:**

- выявление педагогически одаренных школьников и формирование у них готовности к профессионально-личностному самоопределению в сфере образования;
- интеграция педагогически одаренных обучающихся в профессиональное образовательное сообщество на этапе получения среднего общего образования;
- подготовка совместно с ведущими педагогическими вузами Краснодарского края будущих высококвалифицированных педагогических кадров для МОУ Гимназия №87 и образовательных учреждений региона;
- формирование устойчивой мотивации к освоению педагогических профессий и развитие лидерских качеств у участников программы.

### **Образовательные задачи:**

- создание оптимальных условий для раннего профессионального самоопределения и осознанного выбора педагогической траектории развития;
- формирование у обучающихся целостных представлений о многообразии человекоцентрированной профессиональной деятельности в современном обществе;
- предоставление возможностей для получения практического опыта психолого-педагогической, социально-педагогической и организационно-методической деятельности через систему профессиональных проб;

- развитие компетенций XXI века: критического мышления, креативности, коммуникации и кооперации в контексте будущей педагогической деятельности;
- формирование психолого-педагогической культуры, включающей знание основ возрастной психологии, методов работы с различными категориями обучающихся;
- развитие эмоционального интеллекта и навыков конструктивного взаимодействия в образовательной среде;
- актуализация воспитательной среды гимназии через развитие у школьников склонностей и способностей к психолого-педагогической деятельности, включая морально-этические, организационные и лидерские качества.

### **Организационные задачи:**

- создание инновационной образовательной среды для развития гибких навыков через участие в профессиональных пробах, педагогических стажировках, наставнической и волонтерской деятельности;
- обеспечение реализации индивидуальных образовательных проектов, направленных на активизацию школьной жизни и развитие ученического самоуправления;
- формирование системы наставничества "ученик-ученик" и "студент-ученик" для передачи опыта и традиций;
- активное вовлечение родительского сообщества в реализацию образовательного процесса и профориентационную работу;
- организация системы непрерывного профессионального развития педагогов, работающих в психолого-педагогическом классе;
- реализация комплексной программы просветительских мероприятий для повышения престижа педагогических профессий среди молодежи и родительского сообщества;
- развитие социального партнерства с учреждениями культуры, науки и дополнительного образования для расширения образовательных возможностей обучающихся;
- создание условий для знакомства школьников с современными образовательными технологиями, включая цифровые инструменты и методы дистанционного обучения;
- обеспечение доступа обучающихся к ресурсам педагогических вузов: лабораториям, библиотечным фондам, научным коллекциям и исследовательским проектам;
- формирование устойчивой мотивации выпускников к поступлению в педагогические вузы Краснодарского края и последующей работе в образовательных учреждениях региона.

## **1.3. Ожидаемые результаты внедрения программы**

### **Для обучающихся:**

- создание стабильно функционирующих 10-11 психолого-педагогических классов на основе целенаправленного отбора школьников, проявивших интерес к педагогической деятельности, и комплексного выявления педагогически одаренных обучающихся среди поступающих в старшую школу;
- формирование устойчивой социальной активности и гражданской ответственности, повышение уровня самооценки и уверенности в собственных силах;

- существенное расширение представлений о современном мире профессий в сфере образования, психологии и социальной работы;
- целенаправленная ориентация выпускников психолого-педагогических классов на осознанный выбор педагогических специальностей в высших учебных заведениях;
- значительное повышение мотивации к непрерывному образованию и формирование активной гражданской позиции;
- практическая психолого-педагогическая, социально-педагогическая и просветительская деятельность учащихся в рамках гимназии, образовательных учреждений города и совместных проектов с педагогическими вузами региона;
- развитие глубоких психологических представлений об особенностях образовательного процесса и формирование навыков применения психолого-педагогических знаний в решении практических задач;
- целенаправленное развитие эмоционального интеллекта, критического мышления и комплекса гибких навыков, необходимых для успешной педагогической деятельности;
- формирование лидерских качеств и навыков командной работы в образовательной среде;
- развитие творческого потенциала и инновационного мышления применительно к педагогической деятельности.

### **Для образовательной организации:**

- формирование инновационной педагогической культуры гимназии, основанной на поддержке образовательных инициатив обучающихся, развитии их академической самостоятельности и создании условий для совместного педагогического творчества всех участников образовательного процесса;
- создание эффективной системы для раннего выявления, поддержки и развития педагогической одаренности школьников;
- распространение и тиражирование передового опыта на муниципальном, региональном и межрегиональном уровнях в области использования профессиональных проб, педагогических практик и проектной деятельности;
- построение системы продуктивного взаимодействия с родительским сообществом и расширение социального партнерства с семьями обучающихся;
- устойчивое повышение качества образования и академических достижений школьников во всех предметных областях;
- подготовка выпускников нового типа, обладающих ранней профессиональной мотивацией и готовностью к осознанному построению образовательно-профессиональной траектории;
- активизация процессов профессионального саморазвития педагогического коллектива через освоение новых компетенций наставничества и профориентационной работы;
- существенное расширение социокультурного и образовательного пространства гимназии;
- повышение мотивации педагогов к освоению современных образовательных технологий и метапредметных компетенций;
- профессиональный рост учителей, работающих в психолого-педагогических классах, включая получение высшей квалификационной категории;
- реализация масштабной программы просветительских мероприятий для формирования позитивного образа педагогических профессий в общественном сознании;
- развитие устойчивого социального партнерства между образовательной организацией и профессиональным педагогическим сообществом;

- создание эффективной системы сетевого взаимодействия с научно-образовательными центрами, культурными учреждениями и инновационными образовательными площадками;
- формирование имиджа гимназии как центра педагогических инноваций и предпрофессиональной подготовки в системе образования Краснодарского края;
- в долгосрочной перспективе - совместное с ведущими педагогическими вузами Краснодарского края решение кадровых потребностей МОУ Гимназия №87 и образовательных учреждений города и региона в высококвалифицированных педагогических кадрах.

## **1.4. Нормативно-правовые основы создания психолого-педагогического класса**

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ № 273);
2. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержден приказом Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. № 413;
3. Концепция профильного обучения на старшей ступени образования, утверждена приказом Минобрнауки России от 18 июля 2002 г. № 2783;
4. Примерная основная образовательная программа, одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 28 июня 2016г.№2/16-з;
5. Федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержден приказом Минпросвещения России от 20 мая 2020 г. № 254;
6. Перечень организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержден приказом Минобрнауки России от 9 июля 2016 г. № 699;
7. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержден приказом Минпросвещения России от 22 марта 2021 г. №115;
8. Письмо Минобрнауки России от 4 марта 2010 г. № 03- 413 «О методических рекомендациях по реализации курсов по выбору»;
9. Методические рекомендации Минобрнауки России по вопросам организации профильного обучения от 4 марта 2010 г.№ 03-412;
10. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи СП 2.4.3648-20, утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28.
11. Положение о профильном психолого-педагогическом классе.
12. Положение об индивидуальном отборе в профильные психолого-педагогические классы.

## II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание профильного обучения в психолого-педагогическом классе обеспечивает системную преемственность между уровнем среднего общего образования и высшим профессиональным педагогическим образованием. Содержание образовательной деятельности обучающихся в профильных классах психолого-педагогической направленности МОУ Гимназия №87 включает комплексную реализацию:

- специализированных программ внеурочной деятельности психолого-педагогической направленности;
- программ дополнительного образования (обязательных для обучающихся психолого-педагогических классов, а также вариативных программ по индивидуальному выбору);
- системной проектной и исследовательской деятельности обучающихся в области педагогики и психологии;
- профориентационных, культурно-просветительских и социально значимых мероприятий;
- специализированных профильных смен летних образовательных программ с элементами вожатской подготовки;
- социально ориентированного волонтерства в образовательной сфере;
- социального проектирования и общественно полезной деятельности;
- практико-ориентированной психолого-педагогической деятельности в реальных условиях;
- наставничества и тьюторского сопровождения младших школьников;
- участия в региональных и всероссийских конкурсах педагогической направленности.

**Содержание основной образовательной программы сохраняет базовую структуру в связи с отсутствием в Федеральном перечне учебников специализированных дисциплин «Основы педагогики», «Основы психологии», «Педагогическая психология» и других профильных предметов.** Данные образовательные программы реализуются в рамках внеурочной деятельности и дополнительного образования обучающихся с использованием современных образовательных технологий и ресурсов социальных партнеров.

### 2.1. Концепция программы

При разработке содержания данной программы авторский коллектив руководствовался актуальными методическими рекомендациями Академии Министерства Просвещения РФ, передовым опытом ведущих образовательных организаций России, реализующих программы психолого-педагогических классов, а также научно-методическими разработками кафедр психологии и педагогики ведущих педагогических вузов Краснодарского края, и **базировавшись на следующих концептуальных принципах и подходах.**

**Субъектно-ориентированный подход** предусматривает целенаправленное формирование у обучающихся активной, созидательной и социально ответственной позиции при организации всех видов образовательной деятельности и социально значимых проектов; комплексное развитие механизмов самореализации, саморазвития, самоорганизации и саморегуляции, что в конечном итоге формирует выпускника гимназии как субъекта собственной жизнедеятельности и профессионального развития. Именно разнообразная практико-ориентированная деятельность выступает основным средством становления и

развития субъектности обучающегося, поскольку способствует трансформации психической структуры личности и мотивирует на преобразование как окружающей действительности, так и собственного внутреннего мира.

Инструментами реализации данного принципа выступают специально разработанные программы внеурочной деятельности **«Основы педагогики и образовательных технологий»**, **«Основы психологии развития»**, **«Современные педагогические профессии»**, а также программы дополнительного образования **«Школьная медиация и конфликтология»**, **«Искусство педагогического общения»**, **«Основы тьюторства и наставничества»**. Актуальность и педагогическая целесообразность реализации данных программ заключается в предоставлении обучающимся возможности участия в специализированной аналитической, тренинговой и практической работе, направленной на повышение мотивации к освоению профессиональных основ педагогической деятельности.

Системные теоретические и практико-ориентированные занятия, формирующие базовые навыки педагогической компетентности участников программы, способствуют стимулированию развития высокого уровня интеллектуальных способностей, творческого потенциала и комплекса «гибких» навыков XXI века (эффективная командная работа, конструктивная коммуникация, эмоциональный интеллект, критическое и креативное мышление, адаптивность и resilience), а также содействуют развитию социальной и гражданской активности, личной ответственности, существенному расширению знаний и практических представлений о современной педагогической профессии.

Программа внеурочной деятельности **«Основы педагогики и образовательных технологий»** включает модули, раскрывающие социальное значение и специфику педагогического труда в современных условиях, особенности применения инновационных образовательных технологий. Программа структурирована таким образом, чтобы обучающиеся получили целостное представление об умениях, навыках и компетенциях, необходимых в профессиональной деятельности современного педагога, познакомились с методикой разработки и проведения различных форм образовательных и воспитательных мероприятий. Особое внимание уделяется анализу современных психолого-педагогических ситуаций и решению практических педагогических задач как ключевым средствам формирования профессионально-педагогической направленности и развития педагогического мышления. Данная программа призвана мотивировать обучающихся на активную реализацию профессиональных проб и индивидуальных образовательных проектов в жизни гимназии, развитие ученического самоуправления и повышение общей привлекательности и результативности образовательного процесса, а также целенаправленно ориентировать выпускников психолого-педагогических классов на осознанное получение педагогических специальностей в высших учебных заведениях.

Программа внеурочной деятельности **«Основы психологии развития»** обеспечивает системное знакомство обучающихся с фундаментальными основами современной психологической науки, демонстрирует место психологии в системе гуманитарных наук о человеке, раскрывает современные методы изучения психологических особенностей и поведенческих паттернов личности. Обучающиеся 10-11 классов получают базовые научные знания о закономерностях формирования и развития психики человека, изучают фундаментальные законы функционирования познавательных процессов - ощущения и восприятия, внимания и памяти, мышления и воображения, осваивают практические методы развития эмоционального интеллекта, формирования личностных качеств и совершенствования навыков самообразования и саморегуляции.

Программа дополнительного образования **«Школьная медиация и конфликтология»** и программа внеурочной деятельности **«Искусство педагогического общения»** содержательно интегрированы с курсом «Основы психологии развития» и предоставляют обучающимся широкие возможности для практического применения полученных теоретических знаний в разнообразных формах социально-педагогической деятельности. Выраженная практико-ориентированная направленность всех перечисленных программ обеспечивает углубленное развитие представлений обучающихся о современном образовательном процессе и формирование устойчивых навыков эффективного использования психолого-педагогических знаний в решении как личностных, так и профессионально ориентированных задач.

В процессе реализации образовательных программ применяется широкий спектр современных методов обучения: интерактивные лекции и проблемные семинары, структурированные наблюдения и демонстрации, кейс-методы и ситуационное моделирование, методы активизации мотивации и стимулирования познавательной деятельности, технологии формирующего и критериального оценивания, взаимоконтроля и рефлексивного самоконтроля, интерактивные и ролевые игры, тренинговые технологии и проектные методы.

**Рефлексивно-деятельностный подход** предполагает системную опору на развитие устойчивых смысловых и ценностных оснований профессионального самоопределения, осознанное и целенаправленное выполнение обучающимися разнообразных видов деятельности профессиональной направленности, глубокий анализ перспектив личностного роста и рефлексия опыта реализации профессиональных проб, определение индивидуальной траектории развития личностных и профессионально значимых качеств. Ключевыми инструментами реализации данного принципа выступают программы внеурочной деятельности **«Искусство педагогического общения»** и **«Современные образовательные медиа и дизайн-технологии»**.

Основная цель программы **«Искусство педагогического общения»** заключается в формировании у обучающихся системы коммуникативных компетенций, необходимых для эффективной профессиональной деятельности в человекоцентрированных областях. В процессе освоения программы решаются задачи воспитания устойчивого интереса к окружающим людям, развития социальной наблюдательности и эмпатических способностей, формирования навыков конструктивного общения в различных социальных и профессиональных ситуациях, выработки умений противостоять деструктивным воздействиям социальной среды и эффективно преодолевать коммуникативные барьеры.

Программа **«Современные образовательные медиа и дизайн-технологии»** ориентирована на достижение комплексных планируемых результатов, обеспечивающих всестороннее развитие личности обучающихся, формирование устойчивой мотивации к познавательной деятельности, приобщение к фундаментальным общечеловеческим ценностям в контексте цифровой образовательной среды. Развитие soft skills - универсальных надпрофессиональных навыков, которые способствуют эффективному решению жизненных задач и продуктивному взаимодействию с различными категориями людей, является приоритетной задачей для будущих педагогов в условиях цифровизации образования.

В рамках реализации данной программы обучающиеся системно совершенствуют компетенции командной работы и эффективного распределения функциональных ролей между участниками проектных коллективов, развивают навыки продуктивного взаимодействия в процессе групповой деятельности, осваивают технологии ведения

профессионального диалога, участия в образовательных дискуссиях, аргументированного отстаивания собственной позиции, а также создают персональные цифровые портфолио профессиональной направленности. Данная практико-ориентированная деятельность предоставляет старшеклассникам возможность создания собственного высококачественного информационного контента, соответствующего современным требованиям профессиональной образовательной и информационной среды, включая мультимедийные презентации, образовательные видеоролики и интерактивные учебные материалы.

**Практико-ориентированный подход** предполагает выраженную практическую направленность всего образовательного процесса, его тесную связь с реальными социально-педагогическими задачами, глубокое понимание современного социокультурного контекста и профессиональных вызовов, связанных с актуальными проблемами образования и воспитания в динамично изменяющемся мире. Ключевыми средствами реализации данного подхода в МОУ Гимназия №87 выступают: активное участие обучающихся психолого-педагогических классов в реализации комплексной воспитательной программы гимназии, систематическая волонтерская деятельность в образовательной сфере и организация многоаспектной социально-педагогической практики обучающихся.

Основная цель социально-педагогической практики заключается в выявлении и объективной проверке индивидуальных склонностей к педагогической деятельности, развитии устойчивой профессиональной мотивации и глубокого интереса к педагогической профессии, приобретении обучающимися базовых педагогических, организаторских и лидерских навыков, необходимых для успешной будущей профессиональной деятельности, а также освоении практического опыта самостоятельной организаторской, коммуникативной и социально-педагогической деятельности в реальных условиях.

На всех этапах реализации программы (10-11 классы) важнейшей формой такой практики является волонтерская деятельность обучающихся профильных классов в рамках летних образовательных программ МОУ Гимназия №87 и партнерских образовательных организаций. Практическая стажировка предполагает активное и ответственное участие обучающихся психолого-педагогических классов в организации и проведении летних образовательных и досуговых программ для учащихся основного и среднего уровня образования в качестве волонтеров-помощников воспитателей и организаторов.

При наличии письменного согласия родителей (законных представителей) волонтеры-стажеры получают возможность самостоятельно проводить активные образовательные игры, разрабатывать и презентовать творческие выступления, создавать мультимедийные презентации для участников летних образовательных программ, а также осуществлять элементы педагогического сопровождения младших школьников. Содержание волонтерской стажировки тщательно планируется и разрабатывается обучающимися психолого-педагогических классов в течение второго полугодия 10 класса и является практическим результатом реализации проектов внеурочной деятельности по программам «Искусство педагогического общения», «Школьная медиация и конфликтология» и «Основы тьюторства и наставничества». Общий объем практической стажировки составляет 24 часа (по 3-4 часа в день в течение 6-8 рабочих дней).

На педагогическом совете МОУ Гимназия №87 было принято решение о соблюдении следующих концептуальных принципов при организации образовательного процесса в психолого-педагогических классах:

**Принцип системности** - заключается в том, что профильное обучение в психолого-педагогических классах органично интегрировано в целостный образовательный процесс гимназии и строится в соответствии с его дидактической структурой; в данном процессе задействованы и выполняют определенные функции все виды доступных образовательных ресурсов, включая материально-технические, кадровые, информационные и ресурсы социальных партнеров; образовательный процесс включает все виды взаимодополняющих этапов - фундаментальную теоретическую подготовку, систематическую отработку профессиональных навыков и компетенций, разработку авторских образовательных продуктов и инновационных проектов.

Механизм реализации данного принципа заключается в целенаправленной ориентации педагогического коллектива, работающего в психолого-педагогических классах, на системное взаимодействие с социальными партнерами (Кубанский государственный университет, Армавирский государственный педагогический университет, Краснодарский краевой институт развития образования, Краснодарский государственный историко-археологический музей-заповедник им. Е.Д. Фелицына, Краснодарский академический театр драмы им. М. Горького, детские образовательные центры города) и максимальное расширение образовательного и социокультурного пространства гимназии.

В профессиональной деятельности педагогов, работающих с обучающимися психолого-педагогических классов, приоритетными являются интегративные междисциплинарные уроки, музейная педагогика и проблемно-ситуативное обучение, выездные тренинги и образовательные интенсивы, систематические посещения музеев и театров, активное участие в профессиональных конкурсах, олимпиадах и фестивалях педагогической направленности.

**Принцип научности** - предполагает неукоснительную опору на современное научно-педагогическое знание и актуальные достижения психолого-педагогических наук; использование исключительно авторитетных и верифицированных источников при отборе образовательного контента и выборе инновационных технологий обучения; применение научно обоснованных методов диагностики и мониторинга образовательных результатов.

Для эффективной реализации данного принципа все педагоги, работающие в психолого-педагогических классах, ежегодно проходят специализированные курсы повышения квалификации и профессиональной переподготовки, принимают активное участие в научно-практических семинарах и конференциях, посвященных современным педагогическим технологиям и инновационным методам обучения и воспитания, являются участниками региональных проектов развития цифровой образовательной среды и внедрения современных образовательных технологий.

**Принцип современности и актуальности** - подразумевает системную опору на современный социально-профессиональный контекст педагогической деятельности, использование прогрессивных цифровых технологий в образовании и эффективные стратегии коммуникации со всеми стейкхолдерами образовательного процесса, целенаправленное формирование компетенций и навыков, позволяющих не только успешно адаптироваться в динамично изменяющемся цифровом мире, но и активно учитывать запросы современных работодателей и общественные ожидания от системы образования.

**Принцип продуктивности и результативности** - предусматривает обязательное получение конкретных образовательных продуктов и достижений по итогам реализации разнообразных видов учебной и внеучебной активности обучающихся (предметные и

профессиональные олимпиады, профессиональные пробы и стажировки, социально значимая деятельность, волонтерские проекты, исследовательская работа и т.д.).

Особое внимание в рамках реализации данного принципа уделяется учебному проектированию как ключевому инструменту педагогической практики и эффективному средству формирования компетенций XXI века (soft skills, digital skills, лидерские качества, критическое мышление, креативность и инновационность). Образовательные продукты, создаваемые обучающимися в период профильного обучения, способствуют повышению их самооценки и уверенности в собственных силах, поскольку свидетельствуют о личностной и профессиональной состоятельности.

Для эффективной реализации данного принципа в профессиональной деятельности педагоги психолого-педагогических классов систематически повышают свою цифровую грамотность, осваивают современные образовательные платформы и инструменты онлайн-обучения, применяют инновационные методы проектной деятельности в образовательном процессе.

Каждый обучающийся психолого-педагогического класса в процессе освоения программы в качестве итогового результата самостоятельной образовательной деятельности должен создать и публично презентовать профессиональное электронное портфолио, соответствующее высоким стандартам современной образовательной и информационной среды, включающее авторские образовательные проекты, результаты исследовательской работы, документы о достижениях и сертификаты профессиональных компетенций.

**Принцип гуманистической направленности и персонализации обучения** - предполагает целенаправленное формирование у обучающихся устойчивой человекоцентрированной позиции и гуманистических ценностей; системное использование педагогических средств и методов, направленных на демонстрацию и практическое освоение модели субъект-субъектного взаимодействия в образовательном процессе; комплексное развитие компетенций командной работы, эмпатического понимания других людей и способности учитывать их интересы и потребности в профессиональной деятельности.

Принципиально важным аспектом реализации данного принципа является обеспечение конгруэнтной позиции обучающегося (в терминологии К. Роджерса) в образовательном процессе - создание условий, при которых он может свободно и аутентично выражать свою индивидуальность, развивать личностный потенциал и одновременно формировать навыки уважительного отношения к чувствам, мнениям и потребностям других участников образовательного взаимодействия.

Ключевым механизмом реализации данного принципа выступает отраженная в персональном электронном портфолио каждого обучающегося психолого-педагогического класса индивидуальная траектория социально-педагогической, воспитательной и волонтерской деятельности, включающая рефлексивный анализ личностного роста, профессионального самоопределения и развития гуманистических компетенций.

**Принцип добровольности и вариативности образовательных траекторий** - заключается в предоставлении обучающимся реального и осознанного выбора на всех этапах освоения профильной образовательной программы психолого-педагогического класса, включая формат учебных занятий, виды практических активностей, содержание профессиональных проб и спектр дополнительных образовательных мероприятий.

Практический опыт самостоятельного проектирования и реализации индивидуального образовательного маршрута в данном контексте выступает одним из ключевых инструментов освоения современной парадигмы персонализированного образования - когда обучающийся принимает на себя осознанную ответственность за результаты и качество своего образования и становится подлинным субъектом образовательной деятельности, способным к самоорганизации и саморегуляции учебно-познавательного процесса.

Основными механизмами реализации данного принципа являются: свобода выбора обучающимися психолого-педагогических классов из предлагаемого спектра программ дополнительного образования и внеурочной деятельности; самостоятельное определение тематики и содержания индивидуальных исследовательских и социальных проектов; разработка персонального маршрута педагогической стажировки и профессиональных проб; формирование индивидуальной траектории личностного и профессионального развития, систематически отражаемой в структуре электронного портфолио.

### **Организация практической стажировки и профессиональных проб**

Педагогическая стажировка представляет собой систематическую и целенаправленную практико-ориентированную деятельность обучающихся психолого-педагогических классов в реальных условиях образовательной среды, включающую активное участие в организации и проведении летних образовательных и досуговых программ в качестве волонтеров-стажеров под профессиональным наставничеством опытных педагогов.

При наличии письменного информированного согласия родителей (законных представителей) стажеры получают возможность самостоятельно разрабатывать и проводить активные образовательные игры, интерактивные занятия и творческие мастер-классы, создавать и презентовать авторские выступления, мультимедийные презентации и образовательный контент для участников летних программ, а также осуществлять элементы педагогического сопровождения и тьюторской поддержки младших школьников.

Общий объем практической стажировки составляет 28 академических часов, распределенных по 3-4 часа в день в течение 7-9 рабочих дней, что обеспечивает достаточную продолжительность для получения полноценного опыта педагогической деятельности и формирования устойчивых профессиональных навыков в области образования и воспитания.

## **2.2. Учебный план основной образовательной программы психолого-педагогического класса**

Учебный план определяет общий объем академической нагрузки, состав и структуру обязательных предметных областей и профильных дисциплин, является неотъемлемой частью образовательной программы среднего общего образования МОУ Гимназия №87. Учебный план на 2024/2025 учебный год разработан на основе принципов преемственности и непрерывности образовательного процесса, в строгом соответствии с действующими федеральными государственными образовательными стандартами, нормативно-правовыми актами Министерства просвещения Российской Федерации и региональными образовательными программами Краснодарского края.

Структура учебного плана включает обязательную базовую часть и вариативную часть, формируемую участниками образовательных отношений в соответствии с

образовательными потребностями и профессиональными интересами обучающихся. Соотношение обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, составляет 70% к 30% соответственно от общего объема образовательной программы среднего общего образования, что обеспечивает оптимальный баланс между фундаментальной подготовкой и профильной специализацией.

Учебный план обеспечивает строгое соблюдение санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения, установленных действующими СанПиН, и предусматривает двухлетний нормативный срок освоения образовательных программ среднего общего образования для обучающихся 10-11 психолого-педагогических классов с углубленным изучением дисциплин гуманитарного и социально-педагогического профиля.

### 2.3. Учебный план внеурочной деятельности

№	Направление внеурочной деятельности	Реализуемая программа	Количество часов в год по программе
<b>1.</b>	<b>Общеинтеллектуальное</b>		
		Основы психологии развития	34
		Основы педагогики и образовательных технологий	34
<b>2.</b>	<b>Общекультурное</b>		
		Искусство педагогического общения	18
		Современные образовательные медиа и дизайн-технологии	18
<b>3.</b>	<b>Социальное</b>		
		Основы тьюторства и наставничества	16

**Общий объем внеурочной деятельности** в психолого-педагогических классах составляет **5 часов в неделю**, всего за академический год - **120 часов**, за весь период реализации программы психолого-педагогических классов на уровне среднего общего образования (10-11 классы) - **240 академических часов**.

### 2.4. Учебный план дополнительного образования

Находясь на втором (профильном) этапе предпрофессиональной подготовки, обучающиеся 10-11 психолого-педагогических классов осуществляют углубленное освоение специализированных компетенций как в системе основного (внеурочного), так и дополнительного образования, что обеспечивает комплексный и многоаспектный подход к формированию профессиональных навыков и личностных качеств будущих педагогов.

**Приоритетная направленность образовательной деятельности** - предметно-методическая и психолого-педагогическая подготовка с элементами исследовательской и проектной деятельности.

**Механизм реализации** - синтез внеурочной деятельности, дополнительного образования, социально-педагогической практики и профессиональных проб в реальной образовательной среде.

На педагогическом совете МОУ Гимназия №87 было принято решение о том, что программы дополнительного образования обучающиеся психолого-педагогических классов могут посещать на основе свободного выбора в соответствии с индивидуальными образовательными потребностями и профессиональными интересами. Приоритетной и рекомендуемой к обязательному освоению является программа «**Школьная медиация и конфликтология**», поскольку она формирует критически важные компетенции для будущей педагогической деятельности.

№	Направление дополнительного образования	Реализуемая программа	Количество часов в год	Статус программы
1.	Социально-гуманитарное	Школьная медиация и конфликтология	36	Рекомендуемая
2.	Социально-гуманитарное	Основы социально-педагогической работы	36	По выбору
3.	Техническое	Цифровые образовательные ресурсы и платформы	36	По выбору
4.	Художественное	Театральная педагогика и сценическое мастерство	36	По выбору

## 2.5. Воспитательная деятельность

Психолого-педагогические классы представляют собой стратегически важный ресурс МОУ Гимназия №87 в сферах развития ученического самоуправления и организации комплексной воспитательной работы. Обучающиеся психолого-педагогических классов выступают ключевыми участниками и активными помощниками в планировании, организации и проведении всех значимых общегимназических мероприятий в соответствии с комплексным планом воспитательной работы образовательной организации.

Особенно значимым и практико-ориентированным опытом для обучающихся психолого-педагогических классов является активное участие в организации и проведении мероприятий, включенных в федеральный календарный план воспитательной работы, утвержденный Министерством просвещения Российской Федерации, а также региональные и муниципальные программы воспитательной направленности Краснодарского края.

В рамках педагогической стажировки и профессиональных проб обучающиеся психолого-педагогических классов принимают системное участие в следующих знаковых внутригимназических мероприятиях:

### Образовательно-просветительские мероприятия:

- Адаптационные экскурсии и тренинги для пятиклассников "Добро пожаловать в среднюю школу"

- Интерактивные образовательные перемены и динамические паузы
- Цикл "Уроки нравственности и добра" для младших школьников
- Профориентационные встречи "Педагогические профессии XXI века"

#### **Культурно-досуговые и праздничные мероприятия:**

- Праздничная программа "Учительское сердце" к Международному дню учителя
- Концертная программа "Весна. Любовь. Признание" к Международному женскому дню
- Новогодние театрализованные представления для начальной школы
- Фестиваль талантов "Созвездие гимназических звезд"

#### **Социально значимые проекты:**

- Антибуллинг-образовательный проект "Территория уважения и понимания"
- Цикл уроков по безопасности дорожного движения "Дорога без опасности"
- Образовательные мероприятия по здоровому питанию в рамках всероссийских акций
- Экологические проекты "Зеленая планета - наш общий дом"

Принципиально важной составляющей воспитательной деятельности гимназии, в которой обучающиеся психолого-педагогических классов принимают активное участие, является волонтерское движение "**Доброе сердце Кубани**". Обучающиеся психолого-педагогических классов, руководствуясь принципом добровольности и осознанного выбора, самостоятельно определяют приоритетные направления социально-педагогической деятельности, в которых готовы принимать системное участие.

Помимо активной деятельности в рамках образовательной организации, обязательным условием обучения в психолого-педагогических классах является регулярное участие в значимых мероприятиях муниципального, регионального и федерального уровней:

#### **Региональные мероприятия:**

- Краевая конференция "Молодые педагоги Кубани: традиции и инновации"
- Региональный форум психолого-педагогических классов "Учитель будущего растёт в школе"
- Краевой конкурс педагогических идей "Педагогический дебют"

#### **Федеральные мероприятия:**

- Всероссийская "Неделя психологии в образовании"
- Всероссийский слет психолого-педагогических классов "Педагогические горизонты"
- Федеральная конференция "Инновации в педагогическом образовании"

#### **Университетские программы:**

- Образовательные интенсивы и мастер-классы, проводимые Кубанским государственным университетом
- Научно-практические семинары Армавирского государственного педагогического университета
- Профориентационные программы ведущих педагогических вузов региона

## **3. Ресурсное обеспечение**

### **3.1. Диагностическое обеспечение**

Для эффективной реализации образовательной деятельности профильных психолого-педагогических классов необходимо обеспечить не только качественный процесс непосредственного обучения школьников, но и внедрение научно обоснованных технологий выявления, диагностики и развития педагогической одаренности и профессиональных склонностей.

С этой целью ежегодно проводится комплексная психолого-педагогическая диагностика индивидуально-личностного профиля и специальных способностей к педагогической деятельности обучающихся 9 классов, не включенных ранее в процесс предпрофильной подготовки, с целью объективного отбора наиболее мотивированных и способных учащихся в психолого-педагогические 10 классы.

Наряду с углубленной психологической диагностикой, в процессе реализации программы осуществляется системный мониторинг академических достижений, личностных компетенций и социальных навыков обучающихся 9 классов, претендующих на поступление в психолого-педагогические классы. Диагностические процедуры проводятся квалифицированными педагогами-психологами гимназии при научно-методической поддержке студентов-стажеров и преподавателей ведущих педагогических вузов Краснодарского края.

Системная психолого-педагогическая поддержка обучающихся психолого-педагогических классов продолжается на протяжении всего периода обучения и включает следующие виды специализированной диагностики:

#### **Диагностика профессиональной направленности:**

- Дифференциально-диагностический опросник Е.А. Климова для определения профессиональных предпочтений
- Методика "Карта интересов" А.Е. Голомштока для исследования познавательных и профессиональных интересов
- Опросник профессиональных склонностей Л. Йовайши

#### **Диагностика коммуникативных способностей:**

- Методика определения коммуникативных и организаторских склонностей (КОС-2)
- Тест речевого интеллекта Г. Зиверта для оценки вербальных способностей
- Методика диагностики эмоционального интеллекта Н. Холла

#### **Диагностика личностных особенностей:**

- Методика Г. Айзенка "Самооценка психических состояний" (тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность)
- Исследование направленности мотивов учебной деятельности (методика М.В. Матюхиной)
- Методика "Мотивы выбора профессии" Р.В. Овчаровой
- Шкала личностной тревожности Дж. Тейлора (адаптация В.Г. Норакидзе)
- Методика исследования самооценки Ч.Д. Спилберга

- Экспресс-методика изучения социально-психологического климата в коллективе  
О.С. Михалюка и А.Ю. Шалыто

# Программа внеурочной деятельности «Основы педагогики»

## Раздел 1. Цель, задачи и планируемые результаты реализации программы

**Актуальность.** В условиях стремительного развития информационных технологий и цифровизации образовательного процесса современная школа нуждается в педагогах нового поколения, способных адаптироваться к изменяющимся реалиям образования. Данная программа направлена на формирование у учащихся комплексного понимания педагогической профессии в современном контексте, развитие профессиональных компетенций будущих педагогов с учетом вызовов цифрового общества. Программа способствует профессиональному самоопределению обучающихся и формированию готовности к инновационной педагогической деятельности.

**Цель:** сформировать у учащихся целостное представление о современной педагогической деятельности, развить профессионально значимые качества личности педагога и познакомить с инновационными подходами в образовании.

### Задачи:

- сформировать системное понимание педагогической профессии, ее роли и значения в современном обществе;
- развить представления о психологических особенностях развития личности и педагогическом взаимодействии;
- познакомить с современными образовательными технологиями и методами цифрового обучения;
- сформировать навыки проектирования образовательного процесса и создания образовательного контента;
- развить коммуникативные и организаторские способности, необходимые для педагогической деятельности;
- способствовать формированию профессиональной этики и ценностных ориентаций педагога;
- создать условия для профессиональных проб и практической деятельности в образовательной среде.

### Результаты освоения программы

#### Личностные результаты:

- сформированность профессиональной идентичности и мотивации к педагогической деятельности;
- готовность к непрерывному профессиональному развитию и самосовершенствованию;
- развитие эмпатии, толерантности и уважения к личности обучающегося;
- формирование ответственного отношения к профессиональному выбору;
- готовность к инновационной деятельности и работе в команде;
- сформированность этических принципов профессиональной деятельности;
- развитие креативности и способности к творческому решению педагогических задач;
- готовность к работе в поликультурной образовательной среде.

## **Метапредметные результаты:**

- умение проектировать и планировать образовательную деятельность;
- способность к системному анализу педагогических ситуаций;
- развитие навыков педагогического общения и взаимодействия;
- умение использовать современные информационные технологии в образовательных целях;
- способность к рефлексии и самооценке профессиональной деятельности;
- развитие исследовательских умений в области педагогики;
- формирование навыков публичных выступлений и презентации результатов деятельности.

## **Предметные результаты:**

- знание теоретических основ современной педагогики и психологии;
- понимание закономерностей развития личности и особенностей образовательного процесса;
- владение современными образовательными технологиями и методиками;
- умение проектировать учебные занятия и воспитательные мероприятия;
- знание нормативно-правовых основ образования и профессиональной этики;
- владение навыками создания цифрового образовательного контента;
- способность к диагностике и коррекции образовательного процесса.

## **Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **МОДУЛЬ 1 «Педагог в современном мире», 10 класс (34 часа)**

**Тема 1. Профессия педагога: вызовы XXI века** Педагогическая профессия в контексте современных социальных изменений. Роль образования в цифровом обществе. Новые требования к педагогу: цифровые компетенции, эмоциональный интеллект, адаптивность. Педагог как фасилитатор, тьютор, коуч. Профессиональный стандарт педагога и перспективы развития профессии. Международный опыт подготовки педагогов.

**Тема 2. Психология развития личности** Возрастные особенности развития человека. Теории развития личности: Л.С. Выготский, Ж. Пиаже, Э. Эриксон. Индивидуальные различия и их учет в образовательном процессе. Особые образовательные потребности. Психология подросткового возраста. Мотивация учебной деятельности. Современные исследования в области психологии развития.

**Тема 3. Педагогическое общение и взаимодействие** Коммуникация как основа педагогической деятельности. Стили педагогического общения. Конфликты в образовательной среде и способы их разрешения. Педагогическая этика и профессиональная культура. Работа с родителями и социальными партнерами. Командная работа в образовательной организации. Цифровая коммуникация в образовании.

**Тема 4. Современные образовательные технологии** Классификация образовательных технологий. Личностно-ориентированные технологии. Проектная и исследовательская деятельность. Игровые технологии и геймификация. Технологии развития критического мышления. Дистанционное и смешанное обучение. Искусственный интеллект в образовании. Виртуальная и дополненная реальность как образовательные инструменты.

## **МОДУЛЬ 2 «Проектирование образовательного процесса», 11 класс (34 часа)**

**Тема 1. Теория и методика обучения** Дидактика как наука об обучении. Современные концепции обучения: конструктивизм, коннективизм, персонализированное обучение. Принципы и закономерности обучения. Содержание образования и его структура. Федеральные государственные образовательные стандарты. Учебный план, программы, учебники нового поколения. Цифровые образовательные ресурсы и платформы.

**Тема 2. Планирование и организация учебного процесса** Проектирование урока в современной школе. Технологическая карта урока. Интерактивные методы обучения. Формирующее и критериальное оценивание. Обратная связь в обучении. Дифференциация и индивидуализация обучения. Работа с одаренными детьми. Инклюзивное образование. Создание развивающей образовательной среды.

**Тема 3. Воспитание в современной школе** Концепции воспитания в XXI веке. Системный подход к воспитанию. Ценностные ориентиры современного воспитания. Патриотическое и гражданское воспитание. Формирование функциональной грамотности. Медиаобразование и цифровая гигиена. Профилактика деструктивного поведения. Развитие социальных навыков и эмоционального интеллекта. Волонтерство и социальное проектирование.

**Тема 4. Инновационная деятельность педагога** Педагог как исследователь. Образовательные инновации и их внедрение. Проектная деятельность в образовании. Создание авторских методик и программ. Участие в профессиональных сообществах. Диссеминация педагогического опыта. Грантовая деятельность в образовании. Профессиональное развитие и карьера педагога. Цифровой портфолио педагога.

### **Раздел 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

<b>№</b>	<b>Тема/модуль</b>	<b>Количество часов</b>
<b>I</b>	<b>МОДУЛЬ 1. «Педагог в современном мире»</b>	<b>34 часа</b>
1	Профессия педагога: вызовы XXI века	8
2	Психология развития личности	8
3	Педагогическое общение и взаимодействие	9
4	Современные образовательные технологии	9
<b>II</b>	<b>МОДУЛЬ 2. «Проектирование образовательного процесса»</b>	<b>34 часа</b>
1	Теория и методика обучения	8
2	Планирование и организация учебного процесса	10
3	Воспитание в современной школе	8
4	Инновационная деятельность педагога	8

№	Тема/модуль	Количество часов
	<b>Итого</b>	<b>68 часов</b>

# Программа внеурочной образовательной деятельности «Основы психологии»

## Раздел 1. Цель, задачи и планируемые результаты реализации программы

**Актуальность.** В эпоху цифровизации и стремительных социальных изменений особую значимость приобретает понимание закономерностей функционирования психики человека. Современные подростки сталкиваются с новыми вызовами: информационной перегрузкой, цифровой зависимостью, социальными сетями, необходимостью адаптации к быстро меняющемуся миру. Программа «Основы психологии» направлена на формирование психологической грамотности, развитие навыков саморегуляции, эмоционального интеллекта и эффективного взаимодействия в цифровом обществе. Особое внимание уделяется практическим аспектам применения психологических знаний в повседневной жизни и профессиональной деятельности.

**Цель:** сформировать у обучающихся научное понимание психических процессов и явлений, развить навыки психологического анализа и саморегуляции, необходимые для успешной адаптации в современном мире.

### Задачи:

- познакомить с основами современной психологической науки и ее практическими приложениями;
- развить навыки самопознания, саморегуляции и управления эмоциональными состояниями;
- сформировать понимание закономерностей психического развития и индивидуальных различий;
- развить коммуникативные компетенции и навыки конструктивного взаимодействия;
- познакомить с психологией цифрового поведения и безопасного взаимодействия в сети;
- сформировать критическое мышление и навыки анализа информации;
- развить профессиональные интересы в области психологии и смежных профессий;
- создать условия для практического применения психологических знаний в учебной и жизненной деятельности.

## Результаты освоения программы

### Личностные результаты:

- развитие самосознания и способности к рефлексии собственного поведения и психических состояний;
- формирование толерантности и уважения к психологическим особенностям других людей;
- развитие эмоционального интеллекта и навыков саморегуляции;
- формирование ответственного отношения к своему психическому здоровью;
- развитие критического мышления и устойчивости к манипулятивным воздействиям;
- формирование навыков конструктивного общения и разрешения конфликтов;

- развитие мотивации к непрерывному личностному росту и самосовершенствованию;
- формирование этических принципов взаимодействия в цифровой среде.

### **Метапредметные результаты:**

- умение анализировать и интерпретировать поведение людей с психологической точки зрения;
- развитие навыков наблюдения, анализа и систематизации психологической информации;
- способность применять психологические методы исследования в практической деятельности;
- умение планировать и реализовывать стратегии личностного развития;
- развитие навыков работы с психологической литературой и информационными ресурсами;
- способность к эффективной коммуникации в различных социальных контекстах;
- умение использовать цифровые технологии для саморазвития и обучения.

### **Предметные результаты:**

- знание основных психологических теорий, понятий и закономерностей;
- понимание биологических основ психики и нейропсихологических механизмов;
- владение методами психологического самоанализа и саморегуляции;
- знание особенностей познавательных процессов и способов их развития;
- понимание закономерностей развития личности и индивидуальных различий;
- знание основ социальной психологии и психологии общения;
- владение навыками психологической помощи и поддержки;
- понимание психологических аспектов цифрового поведения.

## **Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **МОДУЛЬ 1 «Психология в цифровую эпоху», 10 класс (34 часа)**

#### **Тема 1. Современная психология: наука о человеке в изменяющемся мире (6 часов)**

##### *Занятие 1-2. Психология XXI века: новые горизонты науки о человеке*

- История развития психологии: от интроспекции до нейровизуализации
- Современные направления психологии: позитивная психология, нейропсихология, экологическая психология
- Междисциплинарность современной психологии: связи с нейробиологией, информатикой, социологией, генетикой
- Цифровая трансформация психологической науки: от бумажных тестов к VR-диагностике
- Практическое задание: анализ психологических приложений на смартфонах

##### *Занятие 3-4. Киберпсихология и цифровое поведение*

- Что изучает киберпсихология: поведение в интернете, влияние технологий на психику
- Цифровые аборигены vs цифровые иммигранты: психологические различия поколений

- Феномены цифрового мира: селфи-культура, страх пропустить что-то важное (FOMO), номофобия
- Позитивные и негативные аспекты цифрового взаимодействия
- Кейс-анализ: психологические эксперименты в социальных сетях

#### *Занятие 5-6. Методы и профессии будущего в психологии*

- Современные методы исследования: eye-tracking, ЭЭГ, фМРТ, анализ больших данных
- Машинное обучение в психологии: предсказание поведения, анализ эмоций по голосу и лицу
- Этические дилеммы: приватность данных, манипуляции поведением, цифровое неравенство
- Новые профессии: UX-психолог, digital wellness-консультант, специалист по цифровой реабилитации
- Проектная работа: создание концепции психологического исследования с использованием цифровых технологий

## **Тема 2. Мозг и психика: от нейронов к сознанию (8 часов)**

#### *Занятие 1-2. Архитектура человеческого мозга*

- Эволюция мозга: от рептилий к человеку разумному
- Структура мозга: кора больших полушарий, лимбическая система, ствол мозга
- Нейроны и глиальные клетки: строение, функции, взаимодействие
- Синаптическая передача: как информация передается между нейронами
- Лабораторная работа: изучение модели нейрона, эксперимент с оптическими иллюзиями

#### *Занятие 3-4. Нейропластичность и развитие мозга*

- Пластичность мозга: как опыт изменяет структуру мозга
- Критические периоды развития: когда мозг наиболее податлив к изменениям
- Влияние обучения на структуру мозга: исследования музыкантов, полиглотов
- Нейрогенез: рождение новых нейронов во взрослом возрасте
- Практикум: упражнения для развития нейропластичности, тренировка недоминантной руки

#### *Занятие 5-6. Химия эмоций и поведения*

- Нейромедиаторы и их функции: дофамин, серотонин, норадреналин, ГАМК
- Как работает система вознаграждения: от еды до социальных сетей
- Гормоны и поведение: кортизол, окситоцин, тестостерон
- Влияние питания, сна и физической активности на химию мозга
- Эксперимент: отслеживание настроения и его связи с различными активностями

#### *Занятие 7-8. Сон, сновидения и цифровые технологии*

- Фазы сна и их функции: медленный и быстрый сон
- Роль сна в обучении и памяти: консолидация информации
- Сновидения: теории и современные исследования
- Влияние экранов на качество сна: синий свет и циркадные ритмы

- Практический проект: ведение дневника сна с анализом факторов, влияющих на его качество

### **Тема 3. Внимание и память в информационном обществе (6 часов)**

#### *Занятие 1-2. Внимание в эпоху цифровых отвлечений*

- Виды внимания: произвольное, непроизвольное, послепроизвольное
- Свойства внимания: концентрация, устойчивость, переключаемость, распределение
- Миф о многозадачности: почему мозг не может эффективно делать несколько дел одновременно
- Цифровые отвлечения: уведомления, социальные сети, игры
- Эксперимент Струпа и другие классические исследования внимания

#### *Занятие 3-4. Тренировка внимания и борьба с рассеянностью*

- Техники развития концентрации: медитация внимательности, упражнения на фокусировку
- Принципы организации рабочего пространства для максимальной концентрации
- Метод Помодоро и другие техники тайм-менеджмента
- Цифровые инструменты для контроля внимания: блокировщики сайтов, приложения для медитации
- Практикум: создание персонального плана развития внимания

#### *Занятие 5-6. Память в цифровую эпоху*

- Виды памяти: сенсорная, кратковременная, долговременная, рабочая
- Процессы памяти: кодирование, хранение, воспроизведение
- Эффект Google: как поисковые системы изменяют работу нашей памяти
- Мнемотехники: метод локусов, система связей, числовые коды
- Цифровые помощники памяти: приложения для заучивания, системы интервального повторения
- Лабораторная работа: тестирование различных методов запоминания

### **Тема 4. Мышление и интеллект в эру искусственного интеллекта (8 часов)**

#### *Занятие 1-2. Природа человеческого мышления*

- Виды мышления: наглядно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое
- Мыслительные операции: анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстрагирование
- Интуитивное и рациональное мышление: когда использовать каждый тип
- Творческое мышление: латеральное мышление, техники генерации идей
- Решение задач на креативность: тест Торранса, задачи на инсайт

#### *Занятие 3-4. Критическое мышление и медиаграмотность*

- Что такое критическое мышление: навыки анализа и оценки информации
- Логические ошибки и когнитивные искажения: подтверждающий поиск, эффект якоря, доступность
- Фейковые новости и дезинформация: как распознать и противостоять
- Алгоритмические пузыри: как персонализация контента ограничивает наше мышление

- Практикум: анализ новостных сюжетов и постов в социальных сетях на достоверность

#### *Занятие 5-6. Эмоциональный интеллект в цифровом мире*

- Компоненты эмоционального интеллекта: самосознание, саморегуляция, мотивация, эмпатия, социальные навыки
- Распознавание эмоций по невербальным сигналам: мимика, жесты, интонация
- Особенности эмоционального общения в цифровой среде: эмодзи, стикеры, видеозвонки
- Развитие эмпатии в эпоху виртуального общения
- Тренинг эмоциональных навыков: ролевые игры, упражнения на развитие эмпатии

#### *Занятие 7-8. Человек и искусственный интеллект*

- Что такое искусственный интеллект: машинное обучение, нейронные сети, алгоритмы
- Сравнение человеческого и искусственного интеллекта: сильные и слабые стороны
- Этические вопросы ИИ: предвзятость алгоритмов, замещение рабочих мест, приватность
- Будущее взаимодействия человека и ИИ: дополнение vs замещение
- Дискуссия: какие человеческие способности останутся уникальными в эру ИИ?

### **Тема 5. Эмоции и саморегуляция (6 часов)**

#### *Занятие 1-2. Природа эмоций и их функции*

- Базовые эмоции по П. Экману: радость, грусть, гнев, страх, отвращение, удивление
- Физиология эмоций: как тело реагирует на эмоциональные стимулы
- Функции эмоций: адаптивная, коммуникативная, мотивационная, регулятивная
- Эмоциональная заразительность: как эмоции передаются между людьми
- Эксперимент: отслеживание физиологических реакций при различных эмоциональных состояниях

#### *Занятие 3-4. Стресс в цифровом мире*

- Виды стресса: эустресс и дистресс, острый и хронический
- Современные источники стресса: информационная перегрузка, социальные сети, неопределенность будущего
- Физиологические и психологические последствия хронического стресса
- Техники управления стрессом: дыхательные упражнения, прогрессивная мышечная релаксация, когнитивная переоценка
- Практикум: составление персонального плана стресс-менеджмента

#### *Занятие 5-6. Цифровое благополучие и эмоциональная саморегуляция*

- Майндфулнес (осознанность): принципы и практики
- Медитативные техники для подростков: дыхательная медитация, сканирование тела, медитация на эмоции
- Цифровой детокс: когда и как делать перерывы от технологий
- Приложения для ментального здоровья: преимущества и ограничения

- Создание здоровых цифровых привычек: время экрана, уведомления, качество контента
- Итоговый проект: разработка личной системы эмоциональной саморегуляции

## **МОДУЛЬ 2 «Личность в современном мире», 11 класс (34 часа)**

### **Тема 1. Развитие личности в цифровом обществе (8 часов)**

#### *Занятие 1-2. Теории развития личности: классика и современность*

- Психоанализ З. Фрейда: структура личности, защитные механизмы, их проявление в цифровом поведении
- Эпигенетическая теория Э. Эриксона: кризисы развития, особенности подросткового возраста в XXI веке
- Гуманистический подход А. Маслоу и К. Роджерса: самоактуализация в эпоху соцсетей
- Современные теории: позитивная психология М. Селигмана, теория множественных интеллектов Г. Гарднера
- Кейс-анализ: как классические теории объясняют поведение в социальных сетях

#### *Занятие 3-4. Цифровая идентичность и самопрезентация*

- Понятие цифровой идентичности: аватары, профили, онлайн-персона
- Соотношение реальной и виртуальной личности: аутентичность vs идеализация
- Селфи-культура и ее психологические последствия: влияние на самооценку и образ тела
- Феномен множественных идентичностей в интернете
- Практикум: анализ собственной цифровой идентичности, создание осознанного онлайн-образа

#### *Занятие 5-6. Поколение Z: психологический портрет*

- Характеристики поколения Z: цифровые аборигены, мультикультурность, предпринимательство
- Особенности когнитивного развития: клиповое мышление, визуальное восприятие, скорость обработки информации
- Ценности и мотивы поколения Z: индивидуализм vs коллективизм, материальные vs постматериальные ценности
- Проблемы поколения: тревожность, депрессия, социальная изоляция
- Исследовательский проект: сравнительный анализ ценностей разных поколений

#### *Занятие 7-8. Кризисы развития в подростковом возрасте*

- Физические и психологические изменения в подростковом возрасте
- Формирование идентичности: экспериментирование с ролями и образами
- Отношения с родителями: сепарация и индивидуация в цифровую эпоху
- Кризис выбора профессии: неопределенность будущего, новые профессии
- Построение жизненной траектории: цели, планы, адаптивность
- Групповая работа: разработка стратегий преодоления подростковых кризисов

### **Тема 2. Самопознание и личностный рост (8 часов)**

### *Занятие 1-2. Современные методы самопознания*

- Классические методы: интроспекция, самонаблюдение, ведение дневника
- Психологическое тестирование: возможности и ограничения, критический взгляд на онлайн-тесты
- Обратная связь от окружающих: 360-градусная оценка, техника "Окно Джохари"
- Цифровые инструменты самопознания: приложения для отслеживания настроения, привычек, целей
- Практикум: составление психологического портрета личности с использованием различных методов

### *Занятие 3-4. Ценности, убеждения и жизненные принципы*

- Система личных ценностей: как формируется и изменяется
- Влияние семьи, культуры, общества на формирование ценностей
- Конфликт ценностей в мультикультурном мире
- Ограничивающие убеждения: выявление и трансформация
- Формирование жизненной философии и принципов
- Упражнение: создание персональной системы ценностей и принципов

### *Занятие 5-6. Целеполагание и планирование в неопределенном мире*

- SMART-цели и их ограничения в быстро меняющемся мире
- Техники целеполагания: колесо баланса, метод OKR, agile-планирование
- Долгосрочное vs краткосрочное планирование: баланс структуры и гибкости
- Адаптивность и resilience: готовность к изменениям планов
- Цифровые инструменты планирования: приложения, онлайн-планировщики, системы управления проектами
- Проект: создание адаптивного жизненного плана на 1, 5 и 10 лет

### *Занятие 7-8. Развитие soft skills для будущего*

- Коммуникативные навыки: активное слушание, эмпатия, публичные выступления
- Лидерские качества: виды лидерства, ситуационное лидерство
- Креативность и инновационное мышление: техники развития творческих способностей
- Критическое мышление и решение проблем
- Адаптивность и обучаемость: как учиться учиться
- Тренинг: практическое развитие ключевых soft skills

## **Тема 3. Мотивация и достижение целей (6 часов)**

### *Занятие 1-2. Теории мотивации: от потребностей к самодетерминации*

- Иерархия потребностей А. Маслоу: актуальность в XXI веке
- Двухфакторная теория Ф. Херцберга: мотивация vs гигиенические факторы
- Теория самодетерминации Э. Деси и Р. Райана: автономия, компетентность, связанность
- Теория потока М. Чиксентмихайи: состояние оптимального переживания
- Внутренняя и внешняя мотивация: когда награды демотивируют
- Эксперимент: исследование собственной мотивации в различных ситуациях

#### *Занятие 3-4. Геймификация и цифровая мотивация*

- Принципы геймификации: очки, уровни, достижения, лидерские доски
- Психология игр: что делает игры затягивающими
- Применение геймификации в образовании, работе, саморазвитии
- Темная сторона геймификации: зависимость, манипулирование поведением
- Дофаминовые петли в социальных сетях и приложениях
- Практикум: разработка системы геймификации для достижения личной цели

#### *Занятие 5-6. Прокрастинация и формирование привычек*

- Психология прокрастинации: страхи, перфекционизм, отсутствие мотивации
- Методы борьбы с прокрастинацией: техника 2 минут, разбивка на малые шаги, техника помидора
- Наука о привычках: петля привычки, триггеры, награды
- Формирование полезных привычек: правило 1%, стейкинг привычек
- Цифровые инструменты: трекеры привычек, напоминания, приложения для борьбы с прокрастинацией
- Личный проект: выработка новой полезной привычки за 21 день

### **Тема 4. Социальная психология и коммуникации (6 часов)**

#### *Занятие 1-2. Человек в группе: конформность и влияние*

- Классические эксперименты: С. Аша (конформность), С. Милгрэма (подчинение авторитету)
- Групповое мышление и его опасности
- Социальные роли и их влияние на поведение: эксперимент Ф. Зимбардо
- Лидерство и влияние: типы лидеров, источники власти
- Современные формы социального влияния: инфлюенсеры, вирусный контент, echo chambers
- Ролевая игра: моделирование группового принятия решений

#### *Занятие 3-4. Психология убеждения и защита от манипуляций*

- Принципы влияния Р. Чалдини: взаимность, обязательство, социальное доказательство, симпатия, авторитет, дефицит
- Манипулятивные техники в рекламе, политике, социальных сетях
- Распознавание и противостояние манипуляциям
- Этичное влияние: как убеждать, не манипулируя
- Фишинг, скаминг и другие формы цифрового мошенничества
- Тренинг: развитие навыков критического анализа убеждающих сообщений

#### *Занятие 5-6. Межкультурная коммуникация в глобализированном мире*

- Культурные различия в коммуникации: высококонтекстные и низкоконтекстные культуры
- Невербальная коммуникация: жесты, мимика, личное пространство в разных культурах
- Стереотипы и предрассудки: механизмы формирования и преодоления
- Толерантность и мультикультурализм: принятие различий
- Онлайн-коммуникация в мультикультурной среде: особенности и вызовы

- Проект: создание гида по межкультурной онлайн-коммуникации

## **Тема 5. Психология отношений и цифровая среда (6 часов)**

### *Занятие 1-2. Формирование и развитие отношений*

- Теории межличностной привлекательности: сходство, взаимодополняемость, физическая привлекательность
- Стадии развития отношений: знакомство, сближение, интимность, стабилизация
- Теория привязанности Дж. Боулби: типы привязанности и их влияние на взрослые отношения
- Любовь и дружба: психологические различия и сходства
- Влияние социальных сетей на формирование и поддержание отношений
- Исследование: анализ собственных отношений через призму психологических теорий

### *Занятие 3-4. Конфликты и их разрешение*

- Природа конфликта: конструктивные и деструктивные конфликты
- Стратегии поведения в конфликте: избегание, соперничество, приспособление, компромисс, сотрудничество
- Техники разрешения конфликтов: активное слушание, я-сообщения, поиск win-win решений
- Особенности онлайн-конфликтов: анонимность, отсутствие невербальных сигналов, эскалация
- Медиация и восстановительное правосудие
- Практикум: ролевые игры по разрешению различных типов конфликтов

### *Занятие 5-6. Цифровая безопасность и психологическое благополучие*

- Кибербуллинг: формы, причины, последствия, профилактика
- Онлайн-груминг и другие формы онлайн-эксплуатации
- Цифровая этика: правила поведения в интернете
- Баланс между виртуальным и реальным общением
- Цифровое благополучие: здоровые отношения с технологиями
- Семья в цифровую эпоху: новые вызовы и возможности
- Итоговый проект: разработка программы цифровой безопасности для подростков. Психология любви и дружбы. Конфликты и их конструктивное разрешение. Онлайн-знакомства и цифровые отношения. Кибербуллинг и его профилактика. Цифровая этика и психологическая безопасность. Баланс между виртуальным и реальным общением. Семья в цифровую эпоху.

## **Раздел 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

<b>№</b>	<b>Тема/модуль</b>	<b>Количество часов</b>
<b>I</b>	<b>МОДУЛЬ 1. «Психология в цифровую эпоху», 10 класс</b>	<b>34 часа</b>
1	Современная психология: наука о человеке в изменяющемся мире	6
2	Мозг и психика: от нейронов к сознанию	8

№	Тема/модуль	Количество часов
3	Внимание и память в информационном обществе	6
4	Мышление и интеллект в эру искусственного интеллекта	8
5	Эмоции и саморегуляция	6
<b>II</b>	<b>МОДУЛЬ 2. «Личность в современном мире», 11 класс</b>	<b>34 часа</b>
1	Развитие личности в цифровом обществе	8
2	Самопознание и личностный рост	8
3	Мотивация и достижение целей	6
4	Социальная психология и коммуникации	6
5	Психология отношений и цифровая среда	6
	<b>Итого</b>	<b>68 часов</b>

# **Рабочая программа по внеурочной деятельности общеразвивающей направленности "Искусство общения"**

## **Раздел 1. Цель, задачи и планируемые результаты реализации программы**

Курс рассчитан на 68 часов на два года обучения из расчета по 1 часу в неделю. Курс состоит из двух блоков (модулей). В курс включена психодиагностика.

**Цель** данного курса состоит в том, чтобы сформировать у учащихся коммуникативные компетенции, которые необходимы для эффективного взаимодействия в современном информационном обществе и успешной социализации.

Общение является ключевым фактором личностного развития старшеклассников и одним из важнейших навыков XXI века. Для современных подростков критически важно овладеть искусством цифровой и межкультурной коммуникации, научиться выстраивать конструктивные отношения в многообразной социальной среде, развивать критическое мышление в общении и формировать устойчивость к манипулятивному воздействию. Программа внеурочной деятельности «Искусство общения» призвана подготовить учащихся к успешному общению в быстро меняющемся мире.

**Задачами** курса являются:

1. Развитие навыков осознанного межличностного общения и формирование позитивной коммуникативной культуры.
2. Формирование критического мышления в процессе коммуникации и способности распознавать манипулятивные техники.
3. Обучение современным стратегиям и технологиям эффективного общения, включая цифровые платформы.
4. Развитие межкультурной компетентности и толерантности в коммуникативной деятельности.
5. Формирование навыков публичных выступлений и презентационных умений.
6. Развитие эмоционального интеллекта и способности к конструктивному выражению чувств и потребностей.
7. Освоение техник активного слушания, включая невербальную коммуникацию в цифровой среде.
8. Формирование навыков командной работы и сетевого взаимодействия.
9. Развитие способности к медиации и мирному разрешению конфликтов в различных форматах общения.

## **Планируемые результаты освоения курса 10 класса**

На первом занятии проводится диагностика, в ходе которой выявляются устойчивые показатели коммуникативных и организаторских склонностей, а также способность быть лидером. На заключительном занятии также проводится повторная диагностика, позволяющая определить эффективность проводимой работы.

**Личностными результатами** изучения курса «Искусство общения» выступают:

- осознание себя как активного субъекта коммуникации, понимание своей роли в создании позитивной коммуникативной среды;
- развитие критического мышления и способности к анализу коммуникативных ситуаций;
- формирование устойчивой мотивации к саморазвитию и самосовершенствованию в области общения;
- принятие ценностей толерантности, взаимопонимания и конструктивного диалога.

#### **Коммуникативными результатами изучения курса выступают:**

- умение адаптировать коммуникативный стиль в зависимости от ситуации и собеседника;
- владение техниками активного слушания и эмпатического общения;
- навык распознавания и преодоления коммуникативных барьеров;
- способность к конструктивной обратной связи и принятию критики;
- умение выстраивать продуктивное взаимодействие в групповых проектах;
- навык этичного общения в цифровой среде.

#### **Регулятивными результатами изучения курса выступают:**

- способность к планированию и контролю коммуникативного процесса;
- умение анализировать и корректировать собственное коммуникативное поведение;
- навык управления эмоциональным состоянием в процессе общения;
- способность к рефлексии коммуникативного опыта и извлечению уроков.

#### **Метапредметными результатами изучения курса «Искусство общения» выступают:**

- формирование системного подхода к анализу коммуникативных процессов;
- развитие информационной грамотности в контексте межличностного общения;
- способность переносить коммуникативные навыки в различные сферы деятельности.

### **Планируемые результаты освоения курса 11 класса**

На первом занятии проводится диагностика (Методика «Лидер»; методика «КОС» В.В. Сиявский и В.А. Федорошин), в ходе которой выявляются устойчивые показатели коммуникативных и организаторских склонностей, а также способность быть лидером. На заключительном занятии также проводится повторная диагностика, позволяющая определить эффективность проводимой работы.

#### **Личностными результатами изучения курса «Искусство общения» выступают:**

- формирование готовности к профессиональной коммуникации и деловому общению;
- развитие лидерских качеств и способности к позитивному влиянию на других;
- принятие ответственности за создание конструктивной коммуникативной среды.

#### **Коммуникативными результатами изучения курса выступают:**

- мастерство публичных выступлений и презентационных навыков;
- умение вести переговоры и достигать взаимовыгодных решений;
- навыки кросс-культурного общения и работы в многонациональных командах;
- способность к наставничеству и развитию коммуникативных навыков у других;
- владение современными технологиями дистанционного взаимодействия;
- умение создавать и поддерживать профессиональные сети.

#### **Регулятивными результатами изучения курса выступают:**

- способность к стратегическому планированию коммуникативной деятельности;
- навык быстрой адаптации к новым коммуникативным форматам и технологиям;
- умение управлять групповой динамикой и командными процессами.

**Метапредметными результатами изучения курса «Искусство общения» выступают:**

- способность интегрировать коммуникативные навыки в профессиональную деятельность;
- развитие инновационного мышления в области межличностного взаимодействия;
- формирование готовности к непрерывному развитию коммуникативной компетентности.

## Содержание учебного курса 10 класса

№	Блок тем (модуль)	Кол-во часов
<b>1</b>	<b>Основы эффективной коммуникации</b>	
1.1	Введение. Психодиагностика	1
1.2	Современная коммуникативная культура	11
<b>2</b>	<b>Психология межличностных отношений</b>	
2.1	Эмоциональная грамотность	12
2.2	Самопознание и личностный рост	9
2.3	Рефлексия. Психодиагностика	1
<b>Итого: 34 часа</b>		

## Описание содержания курса 10 класса

### Блок 1. Основы эффективной коммуникации (12 часов)

Первый блок курса закладывает фундаментальные основы современной коммуникативной культуры. Учащиеся знакомятся с принципами этичного общения в различных средах, включая цифровое пространство. Особое внимание уделяется развитию навыков активного слушания, невербальной коммуникации и адаптации стиля общения к различным ситуациям.

В рамках модуля "Современная коммуникативная культура" рассматриваются вопросы цифровой этики, культуры онлайн-общения, особенности межпоколенческого диалога. Учащиеся изучают механизмы формирования первого впечатления, осваивают техники преодоления коммуникативных барьеров, учатся распознавать и нейтрализовать манипулятивные приемы в общении.

### Блок 2. Психология межличностных отношений (21 час)

Второй блок углубляет понимание психологических аспектов общения и способствует развитию эмоционального интеллекта. Модуль "Эмоциональная грамотность" включает изучение природы эмоций, их влияния на коммуникативный процесс, освоение техник эмоциональной регуляции и конструктивного выражения чувств.

Учащиеся учатся распознавать эмоциональные состояния собеседников, развивают эмпатию и способность к эмоциональной поддержке. Особое внимание уделяется профилактике эмоционального выгорания в общении и развитию стрессоустойчивости.

Модуль "Самопознание и личностный рост" направлен на развитие рефлексивных способностей, формирование позитивной самооценки и уверенности в общении. Учащиеся исследуют свои коммуникативные особенности, определяют сильные стороны и зоны развития, учатся формулировать личные коммуникативные цели.

## Содержание учебного курса 11 класса

№	Блок тем (модуль)	Кол-во часов
<b>1</b>	<b>Мастерство публичного взаимодействия</b>	
1.1	Введение. Психодиагностика	1
1.2	Искусство презентации и самопрезентации	6
1.3	Лидерство и командообразование	10
1.4	Переговоры и урегулирование конфликтов	10
<b>2</b>	<b>Межкультурная и профессиональная коммуникация</b>	
2.1	Кросс-культурное общение и толерантность	6
2.2	Рефлексия. Психодиагностика	1
<b>Итого: 34 часа</b>		

### Описание содержания курса 11 класса

#### Блок 1. Мастерство публичного взаимодействия (27 часов)

Первый блок одиннадцатого класса направлен на развитие навыков высокого уровня в области публичной коммуникации и группового взаимодействия.

Модуль "Искусство презентации и самопрезентации" включает освоение современных презентационных технологий, развитие харизматичности и убедительности речи, работу с различными типами аудитории. Учащиеся изучают сторителлинг, визуальную коммуникацию, особенности выступлений в различных форматах (онлайн, офлайн, гибридных).

"Лидерство и командообразование" охватывает различные стили лидерства, техники мотивации команды, принципы делегирования и обратной связи. Особое внимание уделяется развитию ситуационного лидерства, умению адаптировать стиль руководства к особенностям задач и команды.

Модуль "Переговоры и урегулирование конфликтов" знакомит с современными подходами к медиации, техниками переговоров, стратегиями win-win решений. Учащиеся осваивают навыки анализа конфликтных ситуаций, поиска компромиссов, работы с эмоциональным напряжением в переговорных процессах.

## **Блок 2. Межкультурная и профессиональная коммуникация (7 часов)**

Второй блок сосредоточен на подготовке к коммуникации в глобализированном мире и профессиональной среде.

Модуль "Кросс-культурное общение и толерантность" включает изучение культурных различий в коммуникации, развитие межкультурной чувствительности, освоение принципов инклюзивного общения. Учащиеся учатся работать в мультикультурных командах, преодолевать языковые барьеры, адаптировать коммуникативные стратегии под различные культурные контексты.

Курс завершается комплексной рефлексией приобретенных навыков и планированием дальнейшего развития коммуникативных компетенций в контексте будущей профессиональной деятельности.

## **Тематическое планирование 10 класса психолого-педагогической направленности**

<b>№ п/п</b>	<b>№ темы</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Содержание занятия</b>
<b>1. Основы эффективной коммуникации 12 часов</b>				
<b>1.1 Введение. Психодиагностика 1 час</b>				
1	1	Вводная встреча. Психодиагностика	1	Теоретический блок «Коммуникация в XXI веке», игра-знакомство «Цифровой портрет», психодиагностика, создание правил группы, игра «Сетевое взаимодействие», рефлексия
<b>1.2 Современная коммуникативная культура 11 часов</b>				
2	1	Этика современного общения	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Цифровая этика и культура общения», игра «Онлайн vs офлайн», интерактивная дискуссия «Границы в общении», рефлексия
3	2	Первое впечатление в цифровую эпоху	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Формирование имиджа в разных средах», игра «Аватар vs реальность», упражнение «Создай профиль», рефлексия
4	3	Преодоление коммуникативных	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Современные барьеры общения», игра

№ п/п	№ темы	Тема занятия	Кол-во часов	Содержание занятия
		барьеров		«Сломай стереотип», упражнение «Мост понимания», игра «Переводчик эмоций», рефлексия
5	4	Активное слушание и внимание	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Искусство слышать в шумном мире», игра «Детектив историй», упражнение «Слушаю телом», игра «Эхо понимания», рефлексия
6	5	Невербальная коммуникация	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Язык тела в реальном и виртуальном мире», игра «Немое кино 2.0», упражнение «Читаю эмодзи», игра «Танец эмоций», рефлексия
7	6	Искусство задавать вопросы	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Вопросы как инструмент познания», игра «Банк умных вопросов», упражнение «Сократовский диалог», игра «Интервьюер», рефлексия
8	7	Распознавание манипуляций	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Манипулятивные техники в общении», интерактивная дискуссия «Защита от влияния», игра «Детектор лжи», упражнение «Щит от манипуляций», рефлексия
9	8	Конструктивная критика и обратная связь	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Искусство давать и принимать фидбек», игра «Сэндвич обратной связи», упражнение «Я-сообщения», игра «Зеркало развития», рефлексия
10	9	Юмор как коммуникативный ресурс	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Позитивный юмор в общении», игра «Комедийный клуб», упражнение «Превращаю проблему в анекдот», игра «Смех как лекарство», рефлексия
11	10	Межпоколенческий диалог	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Особенности общения разных поколений», игра «Машина времени», интерактивная дискуссия «Диалог поколений», упражнение «Переводчик между мирами», рефлексия
12	11	Адаптация стиля общения	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Гибкость в коммуникации», игра «Хамелеон общения», упражнение «Стиль под ситуацию», игра «Коммуникативная импровизация», рефлексия

## 2. Психология межличностных отношений 21 час

### 2.1 Эмоциональная грамотность 12 часов

№ п/п	№ темы	Тема занятия	Кол-во часов	Содержание занятия
13	1	Природа и функции эмоций	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Эмоциональный интеллект в общении», игра «Палитра чувств», упражнение «Эмоциональная карта», игра «Детектив настроений», рефлексия
14	2	Эмоциональная регуляция	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Управление эмоциональным состоянием», упражнение «Термостат эмоций», игра «Трансформация чувств», медитативная практика «Якорь спокойствия», рефлексия
15	3	Эмпатия и сочувствие	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Развитие эмпатических способностей», игра «В чужой шкуре», упражнение «Эмоциональное зеркало», игра «Сердечный компас», рефлексия
16	4	Выражение чувств и потребностей	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Ненасильственное общение», упражнение «Формула чувств», игра «Переговорщик потребностей», ролевая игра «Трудный разговор», рефлексия
17	5	Работа с негативными эмоциями	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Конструктивная работа с гневом и обидой», упражнение «Трансформация негатива», игра «Алхимик эмоций», техника «Письмо гневу», рефлексия
18	6	Поддержка и утешение	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Искусство поддержки», упражнение «Слова-обнимашки», игра «Команда поддержки», ролевая игра «Кризисная ситуация», рефлексия
19	7	Эмоциональные границы	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Защита от эмоционального выгорания», упражнение «Карта границ», игра «Эмоциональный щит», техника «Перезагрузка», рефлексия
20	8	Комплименты и благодарность	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Сила позитивного подкрепления», игра «Фабрика комплиментов», упражнение «Дневник благодарности», игра «Цепочка признательности», рефлексия
21	9	Прощение и примирение	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Психология прощения», упражнение «Ритуал освобождения», игра «Мост примирения», медитативная практика «Отпускание обид», рефлексия

№ п/п	№ темы	Тема занятия	Кол-во часов	Содержание занятия
22	10	Эмоциональная поддержка в группе	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Создание поддерживающей атмосферы», упражнение «Круг поддержки», игра «Эмоциональная скорая помощь», групповой проект «Наша команда», рефлексия
23	11	Стрессоустойчивость в общении	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Общение в условиях стресса», упражнение «Антистрессовые техники», игра «Под давлением», релаксационная практика «Островок спокойствия», рефлексия
24	12	Радость и позитив в отношениях	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Создание позитивной атмосферы», игра «Генератор радости», упражнение «Банк позитива», праздничная игра «Фестиваль эмоций», рефлексия
<b>2.2 Самопознание и личностный рост 9 часов</b>				
25	1	Самосознание и самоидентичность	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», упражнение «Карта личности», самодиагностика «Кто я в общении?», игра «Многогранный я», рефлексивное эссе «Мой портрет», рефлексия
26	2	Личностные особенности в общении	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Психотипы в коммуникации», самодиагностика «Мой коммуникативный стиль», игра «Стиль под микроскопом», упражнение «Адаптация под собеседника», рефлексия
27	3	Ценности и убеждения в диалоге	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», упражнение «Ценностная иерархия», интерактивная дискуссия «Диалог убеждений», игра «Адвокат чужих идей», ролевая игра «Дебаты ценностей», рефлексия
28	4	Сильные стороны и таланты	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», самодиагностика «Мои сильные стороны», упражнение «Витрина талантов», игра «Скрытые способности», взаимная обратная связь «Твои суперсилы», рефлексия
29	5	Зоны развития и принятие несовершенства	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», упражнение «Карта роста», игра «Ошибки как учителя», техника «Внутренний критик vs внутренний союзник», план «Мой путь развития», рефлексия
30	6	Уверенность и	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Источники уверенности», упражнение «Банк

№ п/п	№ темы	Тема занятия	Кол-во часов	Содержание занятия
		самоэффективность		достижений», игра «Позы силы», техника «Якорь уверенности», рефлексия
31	7	Мотивация и цели в общении	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», упражнение «Колесо мотивации», игра «Цели в отношениях», техника «SMART для общения», создание «Личного коммуникативного плана», рефлексия
32	8	Личные границы и автономность	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», мини-лекция «Здоровые границы в отношениях», упражнение «Карта границ», игра «Да и Нет», ролевая игра «Отстаиваю границы», рефлексия
33	9	Внутренний диалог и самопринятие	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», упражнение «Голоса внутри», техника «Дружелюбный внутренний голос», медитативная практика «Принятие себя», письмо «Себе любимому», рефлексия
<b>2.3 Рефлексия. Психодиагностика 1 час</b>				
34	1	Итоговое занятие. Психодиагностика	1	Игра-приветствие «Позитивная энергия», игра «Подарок группе», психодиагностика, создание «Портфолио достижений», церемония «Выпуск коммуникаторов», рефлексия курса
<b>Итого: 34 часа</b>				

## Тематическое планирование 11 класса психолого-педагогической направленности

№ п/п	№ темы	Тема занятия	Кол-во часов	Содержание занятия
<b>1. Мастерство публичного взаимодействия 27 часов</b>				
<b>1.1 Введение. Психодиагностика 1 час</b>				
1	1	Вводная встреча. Психодиагностика	1	Теоретический блок «Коммуникативное мастерство», игра-воссоединение «Связь времен», психодиагностика, игра «Карта достижений», обновление правил группы, рефлексия
<b>1.2 Искусство презентации и самопрезентации 6 часов</b>				
2	1	Харизма и личное влияние	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Природа харизмы и влияния», упражнение «Аура лидера», игра «Магнит внимания», техника «Якорь харизмы», рефлексия
3	2	Мастерство публичных выступлений	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Секреты великих ораторов», упражнение «Сценическое присутствие», игра «Импровизированная речь», практика «Работа с микрофоном», рефлексия
4	3	Сторителлинг и нарративные техники	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Сила историй в коммуникации», упражнение «Архетипы героя», игра «Мастер историй», создание «Личного сторибанка», рефлексия
5	4	Визуальная коммуникация и презентации	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Дизайн-мышление в презентациях», практикум «Создание слайдов», упражнение «Инфографика эмоций», проект «Презентация мечты», рефлексия
6	5	Работа с различными аудиториями	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Психология аудитории», игра «Хамелеон-спикер», упражнение «Адаптация под публику», ролевая игра «Сложная аудитория», рефлексия
7	6	Онлайн-презентации и вебинары	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Особенности цифровых выступлений», практикум «Вебинар-мастерство», упражнение «Удержание внимания онлайн», съемка «Видео-визитки», рефлексия
<b>1.3 Лидерство и командообразование 10 часов</b>				
8	1	Философия	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция

№ п/п	№ темы	Тема занятия	Кол-во часов	Содержание занятия
		современного лидерства		«Эволюция лидерства в XXI веке», интерактивная дискуссия «Лидер vs менеджер», игра «Типы лидеров», упражнение «Мой лидерский манифест», рефлексия
9	2	Ситуационное лидерство	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Гибкость лидерских стилей», упражнение «Диагностика ситуации», игра «Лидер-трансформер», кейс-стади «Кризисное управление», рефлексия
10	3	Эмоциональное лидерство	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «EQ в лидерстве», упражнение «Термометр команды», игра «Лидер-психолог», техника «Эмоциональное заражение», рефлексия
11	4	Командообразование и динамика группы	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Стадии развития команды», упражнение «Диагностика команды», игра «Архитекторы команды», проект «Командная ДНК», рефлексия
12	5	Мотивация и вдохновение	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Теории мотивации в действии», упражнение «Карта мотиваторов», игра «Генератор вдохновения», техника «Мотивационное интервью», рефлексия
13	6	Делегирование и развитие команды	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Искусство делегирования», упражнение «Матрица полномочий», игра «Тренер-лидер», ролевая игра «Наставничество», рефлексия
14	7	Обратная связь и коучинговые навыки	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «360-градусная обратная связь», упражнение «Модель GROW», игра «Коучинговые вопросы», практика «Развивающий диалог», рефлексия
15	8	Управление изменениями	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Психология изменений», упражнение «Карта изменений», игра «Агенты перемен», кейс «Преодоление сопротивления», рефлексия
16	9	Лидерство в кризисных ситуациях	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Антикризисное лидерство», упражнение «Сценарии кризиса», игра «Капитан корабля», симуляция «Кризисный штаб», рефлексия
17	10	Этичное лидерство и ответственность	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Этические дилеммы лидера», интерактивная дискуссия «Власть и ответственность», игра «Моральный компас», создание «Этического кодекса»

№ п/п	№ темы	Тема занятия	Кол-во часов	Содержание занятия
				лидера», рефлексия
<b>1.4 Переговоры и урегулирование конфликтов 10 часов</b>				
18	1	Психология переговорного процесса	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Стратегии и тактики переговоров», упражнение «Карта интересов», игра «Переговорщики», анализ «Переговорные стили», рефлексия
19	2	Подготовка к переговорам	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «BATNA и зона согласия», упражнение «Переговорный план», игра «Разведка интересов», практикум «Переговорная стратегия», рефлексия
20	3	Техники влияния и убеждения	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «6 принципов влияния Чалдини», упражнение «Арсенал влияния», игра «Мастер убеждения», этическая дискуссия «Границы влияния», рефлексия
21	4	Win-Win стратегии	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Создание взаимной выгоды», упражнение «Расширение пирога», игра «Кооперация vs конкуренция», кейс «Сложные переговоры», рефлексия
22	5	Сложные переговорные ситуации	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Тактики давления и защита», упражнение «Переговорное айкидо», игра «Под давлением», симуляция «Жесткие переговоры», рефлексия
23	6	Медиация и посредничество	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Процесс медиации», упражнение «Нейтральная позиция», игра «Третья сторона», ролевая игра «Медиатор в действии», рефлексия
24	7	Анализ и диагностика конфликтов	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Анатомия конфликта», упражнение «Картография конфликта», игра «Детектив конфликтов», кейс-анализ «Сложный конфликт», рефлексия
25	8	Стратегии разрешения конфликтов	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «5 стилей поведения в конфликте», упражнение «Репертуар стратегий», игра «Конфликтный навигатор», практика «Трансформация конфликта», рефлексия
26	9	Восстановительные практики	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Восстановительное правосудие», упражнение «Круг примирения», игра «Исцеление отношений», ритуал

№ п/п	№ темы	Тема занятия	Кол-во часов	Содержание занятия
				«Церемония прощения», рефлексия
27	10	Профилактика конфликтов	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Раннее предупреждение конфликтов», упражнение «Система раннего оповещения», игра «Миротворцы», создание «Плана профилактики», рефлексия
<b>2. Межкультурная и профессиональная коммуникация 6 часов</b>				
<b>2.1 Кросс-культурное общение и толерантность 6 часов</b>				
28	1	Культурное разнообразие в коммуникации	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Культурные измерения Хофстеде», упражнение «Культурные очки», игра «Путешествие по культурам», интеркультурный проект «Мосты понимания», рефлексия
29	2	Преодоление языковых и культурных барьеров	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Невербальные коды культур», упражнение «Культурный переводчик», игра «Без слов, но с пониманием», практика «Адаптация сообщения», рефлексия
30	3	Инклюзивное общение	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Принципы инклюзивности», упражнение «Барьеры и мосты», игра «Голос каждого», создание «Инклюзивной среды», рефлексия
31	4	Работа в мультикультурных командах	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Синергия культурного разнообразия», упражнение «Культурная мозаика команды», игра «Международная делегация», проект «Глобальная команда», рефлексия
32	5	Глобальная цифровая коммуникация	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Этикет международного онлайн-общения», практикум «Виртуальные встречи с миром», упражнение «Часовые пояса и культуры», создание «Глобального профиля», рефлексия
33	6	Подготовка к профессиональной коммуникации	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», мини-лекция «Коммуникация в профессиональном мире», упражнение «Профессиональная идентичность», игра «Деловой нетворкинг», создание «Стратегии карьерного общения», рефлексия
<b>2.2 Рефлексия. Психодиагностика 1 час</b>				

№ п/п	№ темы	Тема занятия	Кол- во часов	Содержание занятия
34	1	Итоговое занятие. Психодиагностика	1	Игра-приветствие «Энергия успеха», создание «Манифеста коммуникатора будущего», психодиагностика, презентация «Мой путь развития», церемония «Мастера общения», планирование дальнейшего роста, финальная рефлексия
<b>Итого: 34 часа</b>				

# **Программа внеурочной деятельности «Основы консультирования и психологической помощи»**

## **Раздел 1. Цель, задачи и планируемые результаты реализации программы**

**Актуальность.** В условиях возрастающей психологической нагрузки на современного человека, увеличения числа стрессовых ситуаций и необходимости развития эмоционального интеллекта особую важность приобретают навыки оказания психологической поддержки и помощи. Данная программа направлена на формирование у учащихся базовых компетенций в области консультирования и психологической помощи, развитие эмпатических способностей и навыков эффективного межличностного взаимодействия. Программа способствует профессиональному самоопределению обучающихся в сфере помогающих профессий и формированию готовности к социально значимой деятельности.

**Цель:** сформировать у учащихся системное представление о принципах и методах психологического консультирования и оказания помощи, развить практические навыки поддерживающего общения и работы с кризисными ситуациями.

### **Задачи:**

- сформировать понимание природы психологической помощи, ее видов и границ применения;
- развить навыки активного слушания, эмпатического общения и эмоциональной поддержки;
- познакомить с основными техниками работы с эмоциональными состояниями и стрессом;
- сформировать компетенции в области распознавания и работы с кризисными ситуациями;
- развить навыки конструктивного разрешения конфликтов и медиации;
- способствовать формированию профессиональной этики и границ в оказании помощи;
- создать условия для практического применения полученных знаний и навыков в безопасной учебной среде.

## **Результаты освоения программы**

### **Личностные результаты:**

- сформированность эмпатии, толерантности и безоценочного отношения к другим людям;
- развитие эмоционального интеллекта и навыков саморегуляции;
- готовность к оказанию помощи и поддержки окружающим;
- формирование ответственного отношения к психологическому благополучию других;
- развитие способности к рефлексии и самоанализу межличностных отношений;
- сформированность этических принципов помогающего поведения;
- готовность к профессиональному самоопределению в сфере помогающих профессий;
- развитие устойчивости к эмоциональному выгоранию и стрессу.

### **Метапредметные результаты:**

- умение активно слушать и понимать эмоциональное состояние собеседника;
- способность к анализу и оценке психологических ситуаций;
- развитие навыков эффективной коммуникации в сложных ситуациях;
- умение применять техники эмоциональной регуляции и стресс-менеджмента;

- способность к медиации и разрешению межличностных конфликтов;
- формирование навыков работы в команде при оказании групповой поддержки;
- развитие критического мышления при оценке границ собственной компетенции.

### **Предметные результаты:**

- знание теоретических основ психологического консультирования и кризисной интервенции;
- понимание этических принципов и профессиональных границ в оказании психологической помощи;
- владение техниками активного слушания, эмпатического отражения и поддерживающего общения;
- умение распознавать признаки кризисных состояний и оказывать первую психологическую помощь;
- знание основных принципов работы с конфликтными ситуациями и навыки медиации;
- владение техниками работы с эмоциями, тревогой и стрессовыми состояниями;
- способность к организации групповой поддержки и фасилитации обсуждений.

## **Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **Тема 1. Введение в психологическое консультирование и помощь (6 часов)**

Понятие психологической помощи и ее место в системе помогающих профессий. Виды психологической помощи: информационная, эмоциональная, инструментальная. Различия между профессиональной психологической помощью, консультированием и дружеской поддержкой. История развития консультирования как направления практической психологии. Современные подходы и школы в консультировании. Роль и функции консультанта-помощника. Мифы и реальность психологической помощи в массовом сознании.

### **Тема 2. Кризисные ситуации и первая психологическая помощь (8 часов)**

Понятие психологического кризиса и его виды. Возрастные, ситуационные и экзистенциальные кризисы. Признаки кризисного состояния: эмоциональные, поведенческие, когнитивные индикаторы. Принципы оказания первой психологической помощи. Алгоритм действий при выявлении человека в кризисном состоянии. Техники стабилизации эмоционального состояния. Работа с суицидальными мыслями: факторы риска, признаки, базовые принципы помощи. Когда и как обращаться к специалистам. Ресурсы помощи: телефоны доверия, кризисные центры, специалисты.

### **Тема 3. Работа с эмоциями и эмоциональными состояниями (8 часов)**

Природа эмоций и их функции в жизни человека. Базовые эмоции и их проявления. Эмоциональная грамотность: умение распознавать, называть и выражать эмоции. Техники работы с различными эмоциональными состояниями. Помощь при тревожности и страхах: дыхательные техники, методы релаксации, когнитивные стратегии. Работа с гневом и агрессией: техники безопасного выражения, переключения внимания, поиска конструктивных решений. Поддержка при грусти и депрессивных состояниях. Развитие эмоциональной устойчивости и навыков саморегуляции. Групповые методы работы с эмоциями.

### **Тема 4. Конфликтология и медиация (12 часов)**

Природа конфликта и его структура. Типы конфликтов: внутриличностные, межличностные, групповые. Динамика развития конфликта: эскалация и деэскалация. Конструктивные и деструктивные стратегии поведения в конфликте. Роль медиатора в разрешении конфликтов. Принципы медиации: нейтральность, конфиденциальность, добровольность. Техники медиации: активное слушание обеих сторон, поиск общих интересов, генерация альтернативных решений. Работа с эмоциями в конфликте. Профилактика конфликтов в группе. Восстановительные практики и примирение. Этические аспекты медиации.

### **Раздел 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

<b>№</b>	<b>Тема/модуль</b>	<b>Количество часов</b>
1	Введение в психологическое консультирование и помощь	6
2	Кризисные ситуации и первая психологическая помощь	8
3	Работа с эмоциями и эмоциональными состояниями	8
4	Конфликтология и медиация	12
	<b>Итого</b>	<b>34 часа</b>

### **Раздел 4. ФОРМЫ И МЕТОДЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

#### **Основные формы работы:**

- Интерактивные лекции с элементами дискуссии
- Практические тренинги и workshop'ы
- Ролевые игры и симуляция консультативных бесед
- Разбор кейсов и анализ реальных ситуаций
- Групповые рефлексии и супервизии
- Проектная деятельность по созданию программ поддержки

#### **Методы обучения:**

- Демонстрация техник консультирования
- Парная и групповая отработка навыков
- Ведение дневника наблюдений
- Анализ видеоматериалов консультативных сессий
- Создание памяток и алгоритмов помощи
- Практика в безопасной учебной среде с обратной связью

#### **Формы контроля:**

- Практические демонстрации освоенных техник
- Анализ конкретных ситуаций
- Разработка индивидуальных проектов помощи
- Рефлексивные эссе о профессиональном развитии
- Групповые презентации результатов работы

## **Индивидуальный проект выпускника психолого-педагогического класса**

На последнем году обучения в основной школе каждый учащийся выполняет персональный проект в течение года, который выносится на защиту в рамках государственной итоговой аттестации. Для выпускников психолого-педагогического класса направленность исследовательской деятельности итогового проекта определяется профилем обучения.

Персональный проект должен удовлетворять следующим условиям:

- наличие социально или лично значимой проблемы в сфере практической или теоретической педагогики;
- наличие конкретного социального адресата проекта «заказчика»;
- самостоятельный и индивидуальный характер работы учащегося;
- проект межпредметный, надпредметный, т.е. не ограничивающийся рамками одной учебной дисциплины.

Выполнение персонального проекта предполагает использование методов, характерных для научных исследований: определение проблемы и вытекающих из неё задач исследования, выдвижение гипотез, обсуждение методов исследования, оформление результатов, анализ полученных данных, выводы и публичная презентация результатов.

Проектом руководит учитель, который не отвечает непосредственно ни за процесс выполнения проекта, ни за продукт, а лишь создает систему условий для качественного выполнения проекта учащимся.

Оценивание проекта осуществляется на основе критериального подхода, когда достижения учащихся сравниваются с эталоном, определенным заранее в результате обсуждения при подготовке к итоговой аттестации.

Прежде всего оцениваются сформированность универсальных учебных действий учащимися в ходе осуществления ими проектной деятельности по определенным критериям:

В состав документов (отчет о проекте), которые предоставляет учащийся по итогам выполнения индивидуального проекта, может быть следующим:

- Пояснительная записка (краткое описание сути выполненного проекта и его актуальности);
- Дневник проектной деятельности;
- Визитная карточка проекта;
- Продукты проектной деятельности (если они материальные);
- Выводы по итогам выполненного проекта (что с целью, задачами и гипотезой);
- Список использованных информационных ресурсов;
- Материалы для презентации выполненного проекта (компьютерная презентация, интерактивная инфографика, плакат и др.)

Эта совокупность документов может быть объединена в единый информационный документ (единую папку), и он позволяет судить о результатах выполненной работы.

Критерии	Показатели	Индикаторы *		
		3	2	1
Актуальность темы и	Тема важна и актуальна			
	Проблема вытекает из темы			

<b>проблемы проекта</b>	<b>Проблема может быть решена</b>			
<b>Описание аппарата проектной деятельности</b>	<b>Объект и предмет</b>			
	<b>Цель и задачи</b>			
	<b>Гипотеза</b>			

<b>Критерии</b>	<b>Показатели</b>	<b>Индикаторы *</b>		
		<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
Раскрытие темы	Научный язык			
	Описание используемых терминов (понятий)			
	Последовательность, логика и полнота изложения			
	Наличие выводов по ключевым позициям			
Соблюдение авторских прав	В тексте есть ссылки на информационные ресурсы			
	Есть список информационных ресурсов, и он оформлен по правилам			
	Нет плагиата (уровень оригинальности теста более 70%)			
Оформление работы	В отчете представлены все разделы в соответствии с внутренним регламентом школы			
	Работа оформлена по правилам (есть перечень разделом, страницы пронумерованы)			
	Нет орфографических ошибок			
Достижение результатов	Проектный продукт соответствует заявленному			
	Цель достигнута, задачи решены			
	Четкие выводы по итогам работы сделаны			
Презентация выполненного проекта	Подготовлены материалы для презентации, соответствующие запланированным			
	Презентация проведена			

**\*3 – полностью реализовано; 2 – частично реализовано; 1 – не реализовано**

В приведенной таблице показатель, максимальное количество баллов за каждый – **3, всего при идеальном выполнении работы можно набрать 63 балла.**

**Можно использовать следующую шкалу для перевода баллов в оценки:**

Процент	Баллы	Оценка
Более 90%	от 56 до 63	отлично
75 – 89%	от 47 до 55	хорошо
60 - 74 %	от 38 до 46	удовлетворительно

Менее 59%	менее 38	плохо
-----------	----------	-------

Ключевым моментом в процессе оценки результатов проектной работы является развитие навыков анализа собственной деятельности учащимися. Особое место занимает самооценивание, цель которого – осмысление учащимся собственного опыта, выявление причин успеха или неудачи, осознание собственных проблем и поиск внутренних ресурсов, способствующих их разрешению.

## **Темы индивидуальных исследовательских проектов для выпускников психолого-педагогического класса**

1. Цифровое детство: влияние современных технологий на психическое развитие ребенка
2. Эмоциональный интеллект педагога как основа успешного воспитательного процесса
3. Психология инклюзивного образования: создание среды для особенных детей
4. Ментальное здоровье подростков в эпоху социальных сетей
5. Семейные конфликты и их влияние на учебную мотивацию школьника
6. Буллинг в современной школе: причины, последствия, профилактика
7. Креативность как основа развития личности в образовательном процессе
8. Психологические особенности одаренных детей и работа с ними
9. Профессиональное выгорание молодых педагогов: причины и пути преодоления
10. Формирование критического мышления у учащихся в информационном обществе
11. Влияние стилей семейного воспитания на формирование характера ребенка
12. Психология групповой динамики в классном коллективе
13. Адаптация первоклассников к школьной жизни: психолого-педагогическое сопровождение
14. Мотивация к обучению у современных старшеклассников: факторы и стимулы
15. Влияние музыки и искусства на эмоциональное развитие детей
16. Психологические аспекты дистанционного обучения
17. Формирование лидерских качеств у школьников через внеурочную деятельность
18. Конфликт поколений в образовательной среде: диалог между учителем и учеником
19. Психология детского коллектива и роль педагога в его формировании
20. Влияние физической активности на когнитивные способности школьников
21. Психологическая готовность к школе: диагностика и развитие
22. Стресс и тревожность у учащихся: методы коррекции и профилактики
23. Развитие эмпатии у детей дошкольного и младшего школьного возраста
24. Психология детской лжи: причины и педагогические стратегии
25. Формирование самооценки у подростков в процессе обучения
26. Влияние современной литературы на нравственное воспитание молодежи
27. Психологические особенности детей из неполных семей
28. Развитие коммуникативных навыков у детей с речевыми нарушениями
29. Влияние компьютерных игр на развитие агрессивности у подростков

30. Психология творческого мышления и его развитие в образовательном процессе
31. Формирование толерантности у школьников в многонациональном классе
32. Психологические особенности работы с гиперактивными детьми
33. Влияние похвалы и критики на мотивацию к обучению
34. Развитие финансовой грамотности как фактор социализации подростков
35. Психология детских страхов и методы их преодоления
36. Формирование экологического сознания у школьников
37. Влияние семейных традиций на формирование ценностных ориентаций детей
38. Психологические аспекты профориентационной работы со старшеклассниками
39. Развитие критического мышления через анализ медиатекстов
40. Влияние спорта на характер и личностные качества подростков
41. Психология детского рисунка как метод диагностики эмоционального состояния
42. Формирование навыков самоорганизации у учащихся
43. Влияние поощрений и наказаний на поведение школьников
44. Психологические особенности адаптации детей-мигрантов в школе
45. Развитие социальных навыков у детей с аутистическим спектром
46. Влияние режима дня на успеваемость и здоровье школьников
47. Психология детского коллекционирования и его влияние на развитие личности
48. Формирование гражданской позиции у молодежи через волонтерскую деятельность
49. Влияние семейного чтения на интеллектуальное развитие ребенка
50. Психологические аспекты подготовки к ЕГЭ: стресс и способы его преодоления
51. Развитие эмоциональной саморегуляции у детей дошкольного возраста
52. Влияние социально-экономического статуса семьи на образовательные возможности ребенка
53. Психология детской дружбы и ее роль в социальном развитии
54. Формирование здорового образа жизни у школьников: психологические аспекты
55. Влияние учительских ожиданий на академические достижения учеников
56. Развитие критического мышления через философские беседы с детьми
57. Психологические особенности работы с детьми из многодетных семей
58. Влияние природы и экологической среды на психическое развитие ребенка
59. Формирование культуры межличностного общения у подростков
60. Психология детского творчества: от каракулей к шедеврам