

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Пермского края
Управление образования администрации Ординского муниципального округа
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ординская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО
Педагогический совет
Протокол № 1
от «25» августа 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Приказ №351 от «25» августа 2026 г.

Программа
курса

«Возрастная психология»

Среднее общее образование, 11 классы
2026 – 2027 учебный год
(ID 10482289)

с. Орда 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

Подростковый период является важнейшим этапом жизни человека, временем фундаментальных выборов, которые во многом определяют последующую судьбу. Несмотря на разницу социально-культурного окружения, почти все подростки с особой остротой переживают свое взросление. Этот процесс часто заявляет о себе через внешние проявления: агрессию, непослушание, склонность к рискованному поведению (включая употребление алкоголя), а также школьные трудности.

В этой связи преподавание основ возрастной психологии в средних общеобразовательных учреждениях представляется актуальной и важной задачей образования. Современное общество формирует социальный заказ на подготовку подрастающего поколения к жизни в правовом демократическом государстве. Именно личностные и психологические факторы выступают здесь на первый план. Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию — необходимые компоненты личности гражданина.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА

Создание условий для самопознания подростков, формирования у них психологической культуры и навыков конструктивного взаимодействия с окружающими людьми.

МЕСТО КУРСА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Курс «Психология развития человека» (или «Познай себя») является частью учебного плана основной общеобразовательной программы школы и реализуется в рамках **социального** и **общекультурного** направлений развития личности обучающихся.

Занятия проводятся во второй половине дня, что позволяет создать свободную от строгих урочных рамок атмосферу психологического комфорта, доверия и открытого диалога. Курс дополняет и расширяет инвариантную часть учебного плана (предметы «Обществознание», «Биология»), углубляя знания учащихся о человеке как биосоциальном существе через призму практической психологии.

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА

Основной формой проведения занятий выступает **социально-психологический тренинг**, который позволяет подросткам в безопасной обстановке отрабатывать навыки общения и самопознания. Через психогимнастические упражнения, ролевые игры и моделирование конфликтных ситуаций учащиеся учатся управлять эмоциями, отстаивать личные границы и конструктивно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми.

Важное место занимают **групповые дискуссии, дебаты и анализ кейсов** на основе реальных жизненных ситуаций или фрагментов из кинематографа. Эти форматы развивают критическое мышление и способность аргументировать свою точку зрения, помогая подросткам соотносить собственные ценности с общественными нормами. Для выражения сложных чувств, которые трудно передать словами, активно применяются элементы **арт-терапии**: рисование, создание коллажей и работа с метафорическими картами.

Также используются **мини-проекты**, где ученики создают полезные продукты (памятки, социальные ролики), и **диагностические практикумы** с развивающими опросниками для исследования собственного темперамента и стиля лидерства. Сочетание работы в парах, микрогруппах и общего обсуждения обеспечивает динамику уроков и индивидуальный подход к каждому участнику группы.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА "ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ"

Психология развития человека

Понятие возраста и развития. Основные теории развития в психологии. Предмет и методы возрастной психологии. Краткий исторический очерк развития детской психологии. Когнитивные теории психологического развития. Гуманистическая психология развития. Структура психологического возраста. Периодизация психического развития ребенка Л.С. Выготского и Д.Б. Эльконина. Общение как источник и условие психического развития. Семья как фактор психического развития.

Психология детства

Новорожденность и младенческий возраст. Кризис 1 года. Ранний возраст. Кризис 3 лет. Дошкольный возраст, онтогенез игры и продуктивных видов деятельности. Кризис 7 лет и проблема психологической готовности ребенка к учебной деятельности. Младший школьный возраст. Структура и особенности учебной деятельности. Подростковый возраст. Основные проблемы развития. Детская и юношеская субкультура. Юношеский возраст. Основные проблемы развития.

Психология взрослости и старости

Этапы взрослости и их психологическая характеристика. Психология развития человека в период старости.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1. формирование мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
2. формирование основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества;
3. готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
4. толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;
5. нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
6. осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной
7. деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1. умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
2. умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения с учетом гражданских и нравственных ценностей;
3. умение использовать готовые знаковые средства (графики, диаграммы, таблицы, схемы и др.) для иллюстрации, интерпретации, аргументации собственной позиции;

4. владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задачи средств их достижения;
5. умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1. представление онтогенетического пути человека как социального индивида и личности, выявление общих закономерностей развития, жизни, деятельности и угасания личности в плане его психической активности;
2. понимание определяющих закономерностей психического развития в его связи с постоянным воспитанием и обучением;
3. понимание важнейших этапов психического развития, возрастных и индивидуальных особенностей психики человека.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

11 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Психология развития человека	8	Предмет, задачи и методы науки (наблюдение, лонгитюдные исследования, тестирование). Ключевые понятия: онтогенез, психологический возраст, социальная ситуация развития, ведущая деятельность, возрастные кризисы и новообразования. Периодизация жизненного цикла от рождения до старости. Теоретические основы: культурно-историческая	Конспектирование научных текстов, сравнительный анализ различных теорий развития, построение схем возрастной периодизации, решение эвристических задач на определение ведущих деятельностей для разных возрастов.	

			концепция Л.С. Выготского (зона ближайшего развития), теория психосоциальных стадий Э. Эриксона и периодизация Д.Б. Эльконина.		
2	Психология детства	18	Закономерности этапов от младенчества до подросткового возраста. Младенчество — эмоциональное общение со взрослым; ранний возраст — предметная деятельность и развитие речи; дошкольный возраст — сюжетно-ролевая игра как моделирование социальных отношений; младший школьный возраст — учебная деятельность и	Анализ педагогических кейсов и видеофрагментов взаимодействия детей, проведение микро-исследований среди младших школьников, ролевые игры по моделированию детских конфликтов, тренинг навыков конструктивного общения с детьми разного возраста.	

			формирование произвольности; подростковый возраст — чувство взрослости, интимно-личностное общение со сверстниками и профессиональное самоопределение.		
3	Психология взрослости и старости	10	Юность (профессиональное самоопределение, поиск идентичности), молодость (создание семьи, освоение профессии), зрелость (акме — пик профессиональных достижений, наставничество, «кризис середины жизни») и старость (геронтопсихология). Рассматриваются социальное и психологическое старение, выход на пенсию, проблема	Проектирование индивидуальных жизненных траекторий и карьерных планов, интервьюирование взрослых представителей разных поколений, составление ментальных карт ресурсов личности в зрелом возрасте, разработка программ психологической поддержки людей пожилого возраста.	

			одинокства, мудрость как интеграция опыта и стратегии адаптации к инволюционным процессам.		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ **11 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Введение в психологию развития. Понятие возраста	1			
2	Предмет, задачи и методы возрастной психологии	1			
3	Структура психологического возраста	1			
4	Краткий исторический очерк развития детской психологии	1			
5	Социогенетические концепции и психоанализ	1			
6	Когнитивные теории развития	1			
7	Культурно-историческая концепция Л.С. Выготского	1			
8	Практическое занятие	1			
9	Период новорожденности. Младенческий возраст (до 1 года)	1			
10	Кризис первого года жизни	1			
11	Ранний возраст (1–3 года). Предметно-манипулятивная деятельность	1			

12	Кризис трех лет: «Я сам»	1			
13	Дошкольный возраст (3–7 лет). Сюжетно-ролевая игра	1			
14	Продуктивные виды деятельности дошкольника	1			
15	Проблема психологической готовности к школе. Кризис 7 лет	1			
16	Младший школьный возраст (7–11 лет). Учебная деятельность	1			
17	Особенности личности младшего школьника	1			
18	Подростковый возраст (11–15 лет). Пубертатный кризис	1			
19	Ведущая деятельность подростка: интимно-личностное общение	1			
20	Подростковые субкультуры и интернет-социализация	1			
21	Юношеский возраст (15–21 год). Профессиональное самоопределение	1			
22	Практическое занятие	1			
23	Практическое занятие	1			
24	Мировоззрение и самосознание в юности	1			

25	Кризис юности: отрыв от родительских корней	1			
26	Обобщающий урок-практикум по детству и юности	1			
27	Молодость и ранняя взрослость (20–40 лет)	1			
28	Зрелость и средний возраст (40–60 лет)	1			
29	Кризис середины жизни	1			
30	Психология старения и геронтопсихология	1			
31	Поздняя зрелость и долголетие. Итоговое занятие	1			
32	Практическое занятие	1			
33	Закрепление материала	1			
34	Резервный урок	1			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 98160421728937443086516107854325912870385464159

Владелец Сарапульцева Ольга Николаевна

Действителен с 25.10.2023 по 24.10.2024