

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
кадетская школа Пушкинского района Санкт-Петербурга

СОГЛАСОВАНО

Директор ИМН

И.Г. Серова

« 19 » июня 2013 г.

М.П.



ДОПУЩЕНО

Председатель президиума ЭНМС

С.В. Жолован

« 19 » июня 2013 г.

М.П.



Председатель предметной секции ЭНМС

С.М. Шингаев

Протокол № 8 от « 10 » июня 2013 г.

УТВЕРЖДЕНО

На педагогическом совете кадетской школы

Протокол № 64 от 27 марта 2013 г.

Директор

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

В.В. Дмитренко

ПОДПИСЬ

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

М.П.

**Программа
элективного курса
по основам военной психологии
для учащихся 10-11 классов**

342 - 10 класс

342 - 11 класс

учитель психологии
Сергеева Галина Руфиновна

Санкт-Петербург
2013

Пояснительная записка

Основу обороны любой страны составляют люди. От их патриотизма, самоотверженности и самоотдачи зависит ход и исход большинства войн и вооруженных конфликтов. Национальные интересы России требуют достаточной и профессиональной для ее обороны военной мощи. Сегодня Россия не может обойтись без Вооруженных Сил. Важнейшей составляющей для России является защита личности, общества от терроризма, чрезвычайных ситуаций, укрепление национальной безопасности.

Психология, военная психология как науки дают представление о том, какую социальную, морально-этическую роль выполняет военный человек. Вооруженные Силы России на сегодняшний день находятся в стадии реформирования и укрепления, и главную роль здесь играет личность военного, который своим профессионализмом, любовью к Родине, служению Отечеству защитит самое ценное и дорогое – Родину.

Военная психология знакомит кадетов с основами психологии, конфликтологии, социологии. Изучая военную психологию, кадет познает свое собственное «я», индивидуальные особенности, психологические аспекты стрессовых, кризисных ситуаций, отвечает на вопрос «как жить после психической травмы». Раскрываются важные вопросы сегодняшнего дня – это терроризм, «дедовщина», морально-нравственные аспекты личности.

Как повысить эффективность боевой подготовки войск и воинов в мирное время, как сохранить физическое и психическое здоровье личности?

Демократизация и гуманизация общества – одна из важнейших задач, которая проходит через весь учебный материал данной программы. Воспитанники кадетских школ – это будущие воины, которые должны знать и любить не только себя, но и Родину, которой они будут служить.

Данная программа помогает понять себя, осмыслить и правильно решить те сложные военные ситуации, в которые может попасть любой гражданин России, как выйти из посттравматического и психического стресса, как управлять и сохранить свое здоровье.

Благодаря этой программе кадетам прививается чувство патриотизма, любви к своей Родине и чувство гордости за нее. Воспитанники кадетских школ должны уметь разбираться и понимать себя, чему учит первая часть программы (10 класс), понимать те общественные, политические, военные, психологические действия и ситуации, которые происходят сегодня с нами, уметь принимать адекватные решения и совершать осмысленные поступки, защищая честь собственного «я», а потом и честь страны, в которой он живет (11 класс).

Целью курса является знакомство учащихся кадетской школы с основами современной психологии, социологии, конфликтологии.

Курс имеет практическую направленность: способствует развитию самопознания, профессиональному становлению будущего воина, знакомит с психологическими методами саморазвития, самореализации и коррекции поведения, а также личностному росту кадета.

Данная программа является новаторской, т.к. начальные знания по военной психологии как предмета даются только в военных учебных заведениях.

Содержание курса учитывает возрастные, индивидуальные, гендерные особенности учащихся, а также статус воспитанника и специфику будущей профессии.

Задачи

- познакомить с теориями личности, ведущими качествами личности;
- рассмотреть психические процессы и их роль в развитии личности;
- изучить и освоить приемы развития и улучшения памяти, внимания, воображения, мышления, речи;
- раскрыть вопросы самоактуализации и самосовершенствования военнослужащих;
- ознакомиться с индивидуальными особенностями воинского коллектива;
- познакомить с приемами развития творческого потенциала и поведения личности в стрессовых ситуациях;
- освоить приемы межличностных уставных отношений;
- освоить навыки самоконтроля и контроля над группой людей.

Условия реализации

Программа рассчитана на 2 учебных года и предназначена для занятий с учащимися 10 и 11 классов кадетских школ (34 часа в каждом классе. Итого 68 учебных часов).

Формы и методы работы

Методы

по способу организации занятий:

- групповые;
- индивидуально-групповые;
- индивидуальные.

по уровню деятельности учащихся:

- урочный (в режиме диалога);
- объяснительно-иллюстративный;
- репродуктивный (воспроизведение полученной информации);
- коллективный поиск решения задач;
- рефлексия.

Формы организации учебных занятий:

- минилекции;
- инновационные технологии (мозговая атака, инсайт, таблицы, составление кластеров...);
- деловая игра;
- диспут;
- консультации;
- круглый стол;
- презентации и самопрезентации.

Занятия носят теоретический и тренинго-игровой характер. Игры и упражнения связаны с темой урока и носят ознакомительный и развивающий характер. В программе предусмотрено проведение тестовых заданий с целью самопознания и последующей психокоррекции. Данная информация необходима для составления психологического «портрета» класса с последующим выходом на индивидуальную работу воспитателей и офицеров с учащимися.

В целом данная программа дает представление не только о психологии, военной психологии, но и об умении понимать себя и других, прогнозировать действия и поступки, корректировать свои реакции, научиться правильно общаться с людьми разного социального и делового статуса. Программа помогает ребятам обрести себя, найти духовный нравственный стержень, прививает кадетам чувство патриотизма и готовность к защите Отечества.

Формы проверки и оценки результатов первого года обучения:

Письменные работы, активность на занятиях, круглый стол, мозговая атака, самопрезентация. Проведение тестов и элементов тренинга, дневник самонаблюдения.

Ожидаемые результаты:

К концу 1 года обучения учащийся должен знать:

основы общей психологии, теории личности, индивидуальные особенности. Психические процессы;

возрастные особенности развития и индивидуальный подход.
Гендерные роли;

основы военной психологии, особенности военной деятельности (профессии).

К концу 1 года обучения учащийся должен освоить:

приемы самопознания и саморегуляции, коррекции;

межличностные взаимоотношения (в том числе и уставные);

основные пути решения конфликтных ситуаций;

выход из стрессовых и кризисных ситуаций;

коррекция посттравматического синдрома (физического и психического);

умение презентовать себя, свои знания, способности, интересы.

Ожидаемые результаты

К концу второго года обучения учащиеся должны знать:

психологические характеристики военного человека;

военные психотравмы;

мораль и нравственность будущего воина, патриотизм;

основы физического и психического здоровья.

К концу второго года обучения учащиеся должны освоить:

способы самопознания и саморазвития;

приемы коррекции и саморегулирования;

приемы решения и предотвращения конфликтных ситуаций;

защитные механизмы личности;

навыки составления психологического портрета кадета, одноклассника

умение презентовать собственные мнения и полученные знания.

Итоговая оценка по курсу является накопительной по результатам теоретических и практических контрольных работ, диагностических заданий при наличии эссе.

Диагностика результатов психологических изменений

Первый год обучения

1. Тест « оценка уровня общительности» В.Ф.Ряховского (до и после проведения занятий)
2. Проективный тест « Мой портрет» (до и после проведения занятий)
3. Тест акцентуаций характера Леонгарда
4. Анализ дневников самонаблюдений учащихся

Второй год обучения

1. Тест ранжирования ценностей Рокича
2. Тест «руки» Вагнера

Тематическое планирование

10 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Календарные сроки
1	Введение в предмет. Психология. Военная психология. Методы исследования	1	1 неделя
2	Человек, личность, индивид. Теории личности. Ведущие качества личности будущего воина.	2	2 и 3 недели
3	Деятельность. Этапы и виды деятельности. Военное поле деятельности	2	4 и 5 недели
4	Индивидуально-психологические особенности личности: темперамент и характер	2	6 и 7 недели
5	Акцентуация характера по К. Леонгарду. Коррекция	1	8 неделя
6	Гендерные роли. Взаимоотношения полов	1	9 неделя
7	Эмоционально-волевая сфера личности. Чувства, виды чувств. Коррекция эмоционального состояния	2	10 и 11 недели
8	Воля, волевые качества личности воина	1	12 неделя
9	Волевая активность будущего бойца. Этапы волевой деятельности.	1	13 неделя
10	Внимание. Виды внимания	1	14 неделя

11	Роль внимания в военной профессиональной деятельности	1	15 неделя
12	Память. Виды памяти. Приемы мнемотехники	1	16 неделя
13	Мышление. Мыслительные операции. Индукция. Дедукция. Анализ. Синтез.	1	17 неделя
14	Речь, язык. Диалог. Монолог.	1	18 неделя
15	Речь лидера. Суггестия	1	19 неделя
16	Общение. Виды общения. Бесконфликтное общение	1	20 неделя
17	Вербальное и невербальное общение «Читать человека словно книгу»	1	21 неделя
18	Способности. Виды способностей. Талант. Креативность	1	22 неделя
19	Подростковый период: характеристика, индивидуальный подход	1	23 неделя
20	Юношеский период. Профессиональный выбор	1	24 неделя
21	Девиантное поведение, причины, коррекция	1	25 неделя
22	Психология воинского коллектива, воинские традиции	1	26 неделя
23	Психологические особенности военной профессиональной деятельности	1	27 неделя
24	Психология военной адаптации	1	28 неделя
25	Посттравматический синдром. Выход и коррекция данного состояния	1	29 неделя
26	Агрессия, враждебность, насилие.	1	30 неделя
27	Стресс, выход из стрессовых состояний. Кризисные состояния	1	31 неделя
28	Защитные техники функций организма	2	32 и 33 недели
29	Зачетное занятие	1	34 неделя
	ИТОГО	34	

Занятие 1. Общее представление о психологии как о самостоятельной науке. Военная психология как отрасль психологии. Методы исследования.\

Занятие 2. Человек, личность, индивид, индивидуальность, структура личности. Ведущие теории личности: З.Фрейд, К.Юнг, А.Адлер, А.Маслоу, К.Роджерс. Ведущие качества личности будущего воина.

Занятие 3. Деятельность. Этапы деятельности по А.Н.Леонтьеву. Виды деятельности. Военное поле деятельности. Ведущий вид деятельности.

Занятие 4. Темперамент. Виды темперамента, их характеристики. Индивидуальный подход. Значение темперамента для военной профессиональной деятельности.

Занятие 5. Характер. Черты характера. Акцентуация характера по К.Леонгарду. Коррекция.

Занятие 6. Гендерные роли, взаимоотношение полов. Социализация гендерных ролей.

Занятие 7. Характеристика эмоций и чувств, их классификация. Коррекция эмоциональных состояний.

Занятие 8. Воля. Волевые качества личности воина.

Занятие 9. Волевая активность будущего бойца. Этапы волевой деятельности воина. Патриотизм.

Занятие 10. Внимание. Виды и свойства внимания.

Занятие 11. Роль внимания в военной профессиональной деятельности. Самопрезентация волевых качеств кадет.

Занятие 12. Память. Виды памяти. Приемы мнемотехники. Причины плохого запоминания.

Занятие 13. Мышление как сложный психологический процесс. Мыслительные операции: анализ, синтез, индукция, дедукция. Виды мышления.

Занятие 14. Речь и язык. Функции и виды речи. Диалог, монолог. Речь как средство общения и познания.

Занятие 15. Речь лидера, требование. Внушение и аудитория. Убеждение. Социальное влияние.

Занятие 16. Общение. Виды общения. Бесконфликтное общение.

Занятие 17. Вербальное и невербальное общение. «Читать человека словно книгу». «Язык жестов и поз» - интерпретация.

Занятие 18. Способности. Виды способностей. Талант. Гениальность. Креативное мышление.

Занятие 19. Подростковый период, характеристика и проблематика данного периода. Индивидуальный подход.

Занятие 20. Юношеский период. Ключевые моменты в психофизиологическом развитии. Профессиональный выбор. Профессия – воин.

Занятие 21. Девиантное поведение. Причины, коррекция. Конфликты в воинских коллективах. Социальные навыки поведения.

Занятие 22. Психология воинского коллектива. Взаимоотношения в воинском коллективе. Традиции воинских коллективов. Служебные и неслужебные взаимоотношения.

Занятие 23. Психологические особенности военной профессиональной деятельности. Воинская дисциплина. Этапы психологического сопровождения воина. Психологическая помощь воину.

Занятие 24. Психология военной адаптации. Психологическая подготовка личного состава.

Занятие 25. Посттравматический синдром. Симптомы. Коррекция и выход из данного состояния. Как обрести внутреннюю гармонию.

Занятие 26. Агрессия. Предотвращение агрессии. Враждебность, насилие. Изменение установок на ситуации. Коррекционная работа.

Занятие 27. Стресс, оценка стрессоров, выход из стрессовых ситуаций. Кризисные состояния, причины кризисов, индивидуальный подход. Личное пространство.

Занятие 28. Защитные техники, функции организма. Понятие о психическом здоровье и его критерии.

Занятие 29. Зачетное занятие. Круглый стол. Составление таблицы «П.М.И.». Составление кластеров по ключевым темам.

Тематическое планирование

11 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Календарные сроки
1	История создания ВС РФ. Национальная безопасность страны.	1	1 неделя
2	Психология войн и конфликтов.	1	2 неделя
3	Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества.	1	3 неделя
4	Мораль и нравственность. Социальные роли военного человека.	1	4 неделя
5	Психологические характеристики военного человека.	1	5 неделя
6	Личность и военная служба.	1	6 неделя
7	Военные психотравмы, коррекция состояний.	1	7 неделя
8	Посттравматический синдром. Выход из данного состояния.	1	8 неделя
9	Зачетное задание.	1	9 неделя
10	Агрессия, враждебность. Регуляторы враждебного поведения.	1	10 неделя
11	Терроризм – как социальное явление. Причины.	1	11 неделя
12	Толерантность к вероисповеданию, национальности, другой позиции.	1	12 неделя
13	Содержание психологической работы в воинской части.	1	13 неделя
14	Психологическая реабилитация военнослужащих.	1	14 неделя
15	Релаксация. Сон. Отдых.	1	15 неделя
16	Здоровый образ жизни и его составляющие.	1	16 неделя
17	Зачетное занятие.	1	17 неделя
18	Вредные привычки и их профилактика.	1	18 неделя
19	Психотерапия и психокоррекция как методы психологической помощи.	2	19 и 20 недели
20	Индивидуальное консультирование бойца. Психологическая помощь.	1	21 неделя
21	Неуставные взаимоотношения. Истоки дедовщины.	2	22 и 23 недели

22	Международные, военные, политические конфликты.	1	24 неделя
23	Защитные механизмы.	1	25 неделя
24	Зачетное занятие.	1	26 неделя
25	Самовоспитание и самосовершенствование. Самоанализ.	1	27 неделя
26	Развитие психических процессов у будущего бойца: память, внимание, мышление, воображение, речь.	2	28 и 29 недели
27	Основные правила взаимоотношений между солдатами и офицерами.	1	30 неделя
28	Престиж армии, офицера, солдата.	1	31 неделя
29	Составление социально-психологического портрета кадета.	1	32 неделя
30	Мини-тренинг на снятие физической и эмоциональной напряженности.	1	33 неделя
31	Круглый стол.	1	34 неделя
	ИТОГО	34	

Занятие 1. Реформирование ВС РФ. Раскрыть сущность военной организации государства и обеспечение военной безопасности страны. Основные задачи ВС РФ по обеспечению национальных интересов.

Занятие 2. Психология войн и вооруженных конфликтов. Теория психологической войны. Роль пропаганды. Информационные средства.

Занятие 3. Патриотизм и верность воинскому долгу. Героизм. Мужество. Воинская доблесть и воинская честь.

Занятие 4. Мораль, нравственность. Социальные роли военного человека. Дружба и воинское товарищество.

Занятие 5. Психологические характеристики военного человека. Средства психологического изучения военнослужащих и их содержание.

Занятие 6. Личность и военная служба. Что такое социальная позиция. Психологические свойства в структуре личности: направленность, мировоззрение.

Занятие 7. Военная психотравма, коррекция состояний. Симптомы боевых психических травм, их проявление.

Занятие 8. Посттравматический синдром (ПТС). Этапы ПТС. Симптомы ПТС. Как жить после психической травмы.

Занятие 9. Зачетное.

Занятие 10. Агрессия. Враждебность. Регуляторы агрессивного поведения. Управление агрессией. Превентивные меры.

Занятие 11. Терроризм – как социальное явление. Причины терроризма. Виды терроризма. Роль государства в снижении уровня терроризма и его предотвращении.

Занятие 12. Толерантность к вероисповеданию, национальности, другой позиции. Эмпатия, доверие, сотрудничество.

Занятие 13. Организация и содержание психологической работы в воинской части. Профессионально-этические нормы в психологической работе.

Занятие 14. Психологическая реабилитация военнослужащих, ее принципы, задачи, этапы.

Занятие 15. Релаксация. Виды релаксации. Сон, отдых, саморегулирование.

Занятие 16. Здоровый образ жизни и его составляющие. Система здорового образа жизни. Психологическая уравновешенность.

Занятие 17. Зачетное занятие.

Занятие 18. Вредные привычки, их профилактика. Формирование негативного отношения к вредным привычкам.

Занятие 19. Психотерапия и психокоррекция как методы психологической помощи. Реабилитация военнослужащих. Индивидуальный подход.

Занятие 20. Индивидуальное консультирование бойца. Психологическая помощь. Психофизиологические методы регуляции психического состояния.

Занятие 21. Неуставные взаимоотношения. Истоки дедовщины. Причины возникновения дедовщины. Меры по устранению дедовщины.

Занятие 22. Международные, военные, политические конфликты. Миротворческая деятельность ВС РФ. Защита жертв вооруженных конфликтов.

Занятие 23. Механизм психологической защиты: компенсация, отрицание, фантазия, идентификация, интеллектуализация, изоляция,

проекция, сублимация, вытеснение.

Занятие 24. Зачетное занятие.

Занятие 25. Самовоспитание, самосовершенствование, самоанализ. Борьба с внутренними барьерами. Работа над собой.

Занятие 26. Развитие психических процессов у будущего бойца. Память, внимание, мышление, речь, воображение. Приемы развития процессов. Саморазвитие.

Занятие 27. Основные правила взаимоотношений солдат и офицеров. Виды ответственности военнослужащих с учетом особенностей их правового положения.

Занятие 28. Престиж армии, солдата, офицера. Формирование морально-психологической готовности граждан к защите Отечества.

Занятие 29. Составление социально-психологического портрета кадета.

Занятие 30. Мини – тренинг на снятие физического и эмоционального напряжения. Дыхательная гимнастика.

Занятие 31. Круглый стол по итогам проведенных занятий.

Методическое сопровождение

тематические таблицы, схемы, теоретические ссылки;
научные тесты и бланки для ответов;
фонотека с тематической музыкой;
диагностические карты.

Основным пособием является «Психология и педагогика. Военная психология / Под ред. А.Г. Маклакова – СПб: Питер, 2004;

Материальное обеспечение

магнитофон;
TV, DVD;
видеофильмы;
видеокамера.

Список литературы для учителей:

1. Бендас Т.В. Гендерная психология: уч. пособия для студентов ВУЗов, обучающихся по направлению и специальностям психологии. – СПб.: Питер, 2005: ГП Техн.Кн.;
2. Берон Р. Агрессия – Издательство «Питер», 1997;
3. Брум А., Джемлико Х. Как справиться с кризисом. Как справиться со стрессом. – «Педагогика-Пресс», 1995;
4. Военная психология. под ред. В.В.Шеляга, А.Д. Глоточкина, К.К. Платонова. Коллектив авторов. – М., Военное издательство, 1972;
5. Евтихов О.В. Практика психологического тренинга. – СПб: Изд-во «Речь», 2005; 7. Караяни А.Г., Сыромятников И.В. Прикладная военная психология. – СПб: Питер, 2006;
6. Кашапов Р.Р. Практическая психология для родителей, или Педагогика взаимности. – М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА, 2003;
7. Кун Д. Все тайны поведения человека. – «Прайм-Еврознак» «Издательский дом Нева», 2005;
8. Майерс Д. Социальная психология. – Издательство «Прайм-Еврознак», «Издательский дом Нева», 2000;
9. Мухина В.С. Возрастная психология. – «Мандема». 2003;
10. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для образовательных учреждений. – «Дрофа», 2003;
11. Пиз А. Язык жестов. Что могут рассказать о характере и мыслях человека его жесты. – НПО «МОДЕК», 1992;
12. Платонов К.К. Занимательная психология. – 4-е изд. перераб. – М.: Мол. гвардия, 1986;
13. Практикум по возрастной психологии: Учеб. пособие / Под. ред. Л.А.Головей, Е.Ф.Рыбалко. – СПб: Речь, 2002;
14. Сельченко К.В. Проблемы военной психологии. Хрестоматия – «Харвест, Минск, 2003;
15. Смирнов А.Т., Дурнев Р.А., Миронов С.К. Безопасность жизнедеятельности. Методическое пособие.- «Дрофа», Москва, 2005;
16. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности – «Питер», 1997;

17. Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. Психотренинги: игры и упражнения. – М.: Физкультура и спорт, 1988;

18. Шейнов П.В. Искусство убеждать. – М.: ЗАО «Книга-сервис», 2005.

Список литературы для учащихся:

1. Военная психология и педагогика: учебное пособие / Под ред. П.А.Корчемного, Л.Г.Лаптева, В.Г.Михайловского. – М.: Изд-во «Совершенство», 1998;
2. Психология и педагогика. Военная психология / Под ред. А.Г. Маклакова – СПб: Питер, 2004;
3. Современная военная психология: Хрестоматия / Сост. А.А.Урбанович. Мн. «Хорвест», 2003;
4. 20. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе – «Генезис», Москва, 2006;
5. Шапарь В.Б. Психология войн и конфликтов. – Ростов н/Д.: Феникс, 2005;